

# HOCHSCHULE MITTWEIDA

## UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fakultät Soziale Arbeit Roßwein

### BACHELORARBEIT

„Klettern als erlebnispädagogische Möglichkeit zur Entwicklung von  
sozialer Kompetenz für Jugendliche in der Jugendhilfe“

Wissenschaftliche Arbeit zur Erlangung des akademischen Grades

Bachelor of Arts

Vorgelegt von:	Mirco A. Spross
	Matrikelnummer SB09s“-B / 22549
Bearbeitungsbeginn:	05. November 2012
Abgabetermin:	15. Februar 2013
Erstleser:	Prof. Dr. phil. Stephan Beetz
Zweitleserin:	Dr. phil. Carola Weise

## Bibliographische Beschreibung

Mirco A. Spross: Klettern als erlebnispädagogische Möglichkeit zur Entwicklung von sozialer Kompetenz für Jugendliche in der Jugendhilfe. 44 S. Roßwein, Hochschule Mittweida/Roßwein (FH), Fakultät Soziale Arbeit, Bachelorarbeit 2013.

## Zusammenfassung:

Die hier vorliegende Arbeit befasst sich mit der Wirksamkeit, der im Klettern enthaltenen erlebnispädagogischen Momente zur Entwicklung sozialer Kompetenzen junger Menschen. Aufgrund ihrer Biographie war es den Jugendlichen nicht möglich, ihre sozialen Kompetenzen optimal zu entwickeln. Die differenzierte Betrachtung der im Klettern enthaltenen erlebnispädagogischen Momente, sowie eine vorher - nachher - Betrachtung der Jugendlichen, die regelmäßig an einer wöchentlich stattfindenden Kletterstunde teilgenommen haben, soll die Frage beantworten: in wie weit dieses Kletterprojekt sinnvoll in der Jugendhilfe eingesetzt wurde und so zur Persönlichkeitsbildung beitrug.

## Danksagung

Für die vielfältige Hilfe und Unterstützung die ich während der Entstehung dieser Arbeit erfahren habe möchte ich mich an dieser Stelle ganz herzlich bedanken.

Ganz besonders möchte meinem Erstleser ich Professor Stefan Beetz und meiner Zweitleserin Carola Weise, der meine Arbeit und somit auch mich betreut haben, bedanken. Es war nicht nur der fachlich kompetente Input, sondern vor allem auch die moralische Unterstützung und Motivation die mich vorangetrieben haben. Vielen Dank für die Geduld und Mühen.

Auch meine Kolleginnen und Kollegen im VKKJ haben maßgeblich dazu beigetragen dass diese Bachelorarbeit nun so vorliegt. Vielen Dank, dass Ihr mir die Möglichkeit gegeben haben, das Studium berufsbegleitend zu meistern.

Nicht zuletzt gebührt meiner Partnerin, meinen Kindern und allen anderen Familienmitgliedern Dank, die während des Studiums so sehr auf mich verzichten mussten und mich so toll unterstützt haben.

## Inhaltsverzeichnis

1. Ausgangssituation	6
2. Träger der Jugendhilfe	7
2.1. Die Wohngruppe:	8
2.2. Teilnehmerbeschreibung	9
2.2.1. Justus	10
2.2.2. Markus	11
2.2.3. Daniel	12
2.2.4. Nicole	13
2.3. Statistischer Überblick	14
3. Welches Potenzial hat die Erlebnispädagogische Maßnahme Klettern?	15
3.1. Klettern in der Erlebnispädagogik	15
3.2. Umfassende Betrachtung des Kletterns	16
3.2.1. Der Körper oder die motorische Dimension	17
3.2.2. Der Geist oder die kognitive Dimension	17
3.2.3. Die Seele oder die soziale - emotionale Dimension	17
3.3. Erlebnispädagogik	17
4. Der erlebnispädagogische Anteil im Kletterprojekt	20
4.1. Selbstkompetenz	21
4.2. Soziale Kompetenz	22
4.3. Kletterspezifische Kompetenzen	23
4.3.1. Sorgfalt:	23
4.3.2. Selbstvertrauen:	23
4.3.3. Hilfe zu leisten und anzunehmen:	24
4.3.4. Selbstkontrolle und -reflexion:	24
4.3.5. Gemeinschaft:	25

4.3.6. Verantwortung wahrnehmen und übernehmen:	26
4.3.7. sich an vereinbarte Regeln halten:	26
5. Gruppe	27
5.1. Einordnungs- und Definitionsversuch	27
5.2. Die Rolle der Gruppe im Kletterprojekt	30
5.3. Grundhaltung in der Gruppe	32
6. Das Kletterprojekt	33
6.1. Auswertung des Kletterprojektes	33
6.2. Schnupperklettern und sporadische Teilnahme	34
6.3. Die Veränderungen bei den Jugendlichen	34
6.3.1. Justus	34
6.3.2. Markus	36
6.3.3. Daniel	37
6.3.4. Nicole	38
6.4. Zur Gruppe insgesamt	39
7. Fazit und Ausblick	40
Literaturverzeichnis	42

## **1. Ausgangssituation**

Vermutung:

Eine Gruppe von Jugendlichen hat Defizite in der Sozialen Kompetenzen, Selbstwertprobleme, Etikettierungsprobleme und den Wunsch sozial anzukommen.

In meiner nun fast zehnjährigen Tätigkeit in der Jugendhilfe habe ich zahlreiche Jugendliche auf ihrem Weg in das Erwachsenwerden begleitet. Diese Wege waren - mal mehr - mal weniger - steinig und verliefen - mal mehr - mal weniger - erfolgreich. Ein Element hat mich jedoch die ganzen Jahre begleitet – gemeinsame, sportliche Erlebnisse mit den Jugendlichen in der Natur. Wurden diese, zu Anfang, von mir spontan und ohne konzeptionellen Ansatz mit den Jugendlichen durchgeführt, merkte ich schnell welches Potenzial in so einem gemeinsamen Erleben in der Natur steckt. Da lag es nahe, sich eingehender mit dem Thema der Erlebnispädagogik zu beschäftigen.

Betrachte ich nun die Jugendlichen, die ich in den letzten Jahren im Kontext der Jugendhilfe begleitet habe, so kann ich konstatieren, dass diese Jugendlichen ausnahmslos einen besonderen sozialen Hintergrund haben und hatten. Keiner der von mir betreuten Jugendlichen hatte eine faire Chance, in seiner Herkunftsfamilie adäquate Sozialkompetenzen zu entwickeln. Die Gründe hierfür reichen von Überforderung und Vernachlässigung über psychische und physische Gewalt bis hin zum sexuellen Missbrauch und Suchtproblematiken. Jugendliche die eine solche Lebensgeschichte haben sind doppelt gestraft. Dadurch, dass sie vor sich oder anderen geschützt werden müssen, werden sie aus ihren Familien herausgenommen um Ihnen in der Jugendhilfe noch eine Chance zu geben, nicht- oder fehlerhaft gelernte Sozialkompetenzen zu überprüfen und zu korrigieren. In meiner langjährigen Tätigkeit in der Jugendhilfe konnte ich oft beobachten, wie schwer, ja - teilweise wie unmöglich es den Jugendlichen war, die Jugendhilfe als etwas Positives zu betrachten – vielmehr fühlten sich die Jugendlichen als „Heimkind“ abgestempelt, als gesellschaftliches „Opfer“ etikettiert und bestraft. Leicht nachzuvollziehen, dass diese Jugendlichen erhebliche Probleme mit ihrem Selbstwert und ihrer Außenwirkung haben. Oft kommt erschwerend hinzu, dass die Jugendlichen durch ihr oft unangepasstes Auftreten in der Öffentlichkeit, zurückzuführen auf mangelnde Sozialkompetenzen, die Aufmerksamkeit

ihre Mitmenschen auf sich ziehen. Der Versuch der Jugendlichen auf sich aufmerksam zu machen, um dazugehören und teilzunehmen, gelingt nur selten.

Viele dieser Jugendlichen haben nie die Chance bekommen Verantwortung zu übernehmen oder nie erfahren was es heißt sich auf jemand anderen verlassen zu können. Aus meiner Sicht bietet hier die Erlebnispädagogik eine gute Option Versäumtes nachzuholen. In der hier vorliegenden Arbeit möchte ich mich mit dem Thema befassen, inwieweit es in der Jugendhilfe möglich ist, durch ein Gruppenangebot mit erlebnispädagogischen Elementen, im vorliegenden Fall konkret das Klettern, zur Entwicklung von Selbst- und Sozialkompetenzen beizutragen. Hierzu möchte ich die von mir ins Leben gerufene Klettergruppe und deren Teilnehmer, die ausnahmslos im Jugendhilfekontext sind, betrachten und auswerten.

Um einen besseren Überblick zu verschaffen, werde ich zunächst den Kinder- und Jugendhilfe Träger „Verbund Kommunalen Kinder- und Jugendhilfe, Eigenbetrieb der Stadt Leipzig“, kurz VKKJ, beschreiben und die Struktur einer Wohngruppe, exemplarisch die Wohngruppe Naumburger Straße, schildern, sowie eine Klientelbeschreibung, in der die besondere Problematik der Jugendlichen hervorgeht, geben. Hier findet auch eine Einordnung der Problematik in die Theorie statt.

Um einen theoretischen Überblick zu bekommen, werde ich die Erlebnispädagogik im Allgemeinen und das erlebnispädagogische Element Klettern im Besonderen beleuchten. Ebenso werde ich der Bedeutung, der Funktion sowie den theoretischen Grundlagen der Gruppe Aufmerksamkeit schenken und den Versuch unternehmen, die relevanten Kompetenzmodelle aufzuzeigen und einzuordnen.

## **2. Träger der Jugendhilfe**

Der Verbund Kommunalen Kinder- und Jugendhilfe (VKKJ) wurde 1999 als Eigenbetrieb der Stadt Leipzig gegründet. Hauptaufgabe des Trägers ist es, Kinder, Jugendliche und junge Volljährige (0–21 Jahre) zu betreuen und zu unterstützen, die durch massive Probleme in ihrer Herkunftsfamilie benachteiligt sind und der Gefahr einer negativen Entwicklung eigener sozialer Kompetenzen unterliegen. (Diese Probleme sind Gewalterfahrungen, Missbrauch (seelisch/sexuell etc.), traumatische Erlebnisse in der eigenen familiären und persönlichen Entwicklung, Alkohol- und Drogenerfahrungen oder Vernachlässigung durch mangelnde persönliche, materielle

und emotionale Zuwendung sowie soziale Verluste etc.) Der Leistungsbereich umfasst verschiedene Wohn- und Tagesgruppen, in denen sich die Kinder und Jugendlichen orientieren und entfalten können, um später eigenverantwortlich und selbständig ihren Lebensalltag zu gestalten. Dazu kommen verschiedene ambulante Betreuungsleistungen auch in der Familie. Zusätzlich unterbreitet der Kinder- und Jugendnotdienst (KJND) ein Inobhutnahmeangebot, dass Kindern und Jugendlichen in akuten Notlagen und Krisensituationen (Flucht aus dem Elternhaus, Obdachlosigkeit, Straßenkarrieren, verbunden mit Sucht oder Prostitution etc.) zeitweilig Unterkunft bietet, bis eine geeignete Hilfeform gefunden ist. Ein weiterer Bestandteil des Angebots des VKKJ sind Aktivitäten im Bereich des Tagespflegestellenmanagements, z. B. Öffentlichkeitsarbeit, Prüfung der Eignung von Tagespflegepersonen (auch freier Träger), Vermittlung von Tagespflege, Beratung und Fortbildung der Tagespflegepersonen sowie Anregung für Zusammenschlüsse von Tagespflegepersonen.<sup>1</sup>

In seiner ständigen Weiterentwicklung bietet der VKKJ seit einiger Zeit in Kooperation mit renommierten Vereinen eine Fußballgruppe und eine Klettergruppe an, in denen die im VKKJ untergebrachten Kinder und Jugendlichen ein hochkarätiges und professionelles Angebot wahrnehmen können. Hier geht es einerseits um sinnvolle sowie lustvolle Freizeitgestaltung, andererseits sind die persönlichkeitsbildenden Aspekte eines Sportvereines nicht zu unterschätzen. Aus persönlichem Interesse leite ich federführend die Klettergruppe.

### **2.1. Die Wohngruppe:**

Im Folgenden soll nun exemplarisch an der Wohngruppe „Naumburger Straße 51“ ein Einblick in den Aufbau und die Struktur dieser gegeben werden.

Die Wohngruppe „Naumburger Straße 51“ des VKKJ befindet sich im Südwesten der Stadt Leipzig. Die Wohngruppe gliedert sich in drei in sich geschlossene Wohneinheiten. Eine große Wohnung bietet vier Einzelzimmer, Wohnzimmer, Beratungs-/Kreativraum, Küche, zwei Sanitärbereiche und das Büro. Hier besteht die Möglichkeit vier Jugendliche direkt zu betreuen. Eine Etage tiefer bieten zwei 2-Zimmer Wohnungen Unterbringungsmöglichkeiten für je zwei Jugendliche in einer

---

<sup>1</sup> VKKJ, 2013



Wohnung mit zwei Einzelzimmern (Individualbereich). Küche und Sanitärbereich nutzen die beiden Jugendlichen jeweils gemeinsam.

Die Arbeit des Betreuerteams basiert auf einem ganzheitlichen, systemischen Entwicklungsansatz. Sie ist wertschätzend, Grenzen aufzeigend, konsequent, ressourcenorientiert, flexibel, lebenswelt- und sozialraumorientiert. Unter Berücksichtigung der individuellen Geschichte, der familiären Situation sowie des sozialen Bezugssystems der Jugendlichen wird versucht, diese bei ihrem derzeitigen Entwicklungsstand „abzuholen“, vorhandene Ressourcen aufzuspüren und zu entwickeln.

Das in Stufen aufeinander aufbauende Verselbständigungsmodell, welches die konzeptionelle Grundlage der Arbeit in der WG darstellt, ermöglicht dem Jugendlichen, entsprechend seines individuellen Entwicklungsstandes, die flexibel ausgerichteten Phasen des selbständigen Gestaltens und der Organisation des Tagesablaufs zu durchlaufen. Ein sehr enger Kontakt zwischen Jugendlichen und Bezugserziehern verhindert, dass die Jugendlichen des Individualbereiches „wegbrechen“. So sollen neben den täglich stattfindenden Gesprächen zu organisatorisch - strukturellen Fragen und aktuellen Befindlichkeiten 14 - täglich beiderseitig vorbereitete Gespräche zwischen Bezugserzieher und Jugendlichen stattfinden.

Das Freizeitangebot in der Wohngruppe erstreckt sich vom gemeinsamen Kochen, Fernsehen, Gesellschaftsspielen, sportlichen Aktivitäten (Tischtennis) über gemeinsamen Ausflügen zu sportlichen und kulturellen Ereignissen bis hin zu größeren Reisen, je eine im Winter und im Sommer. Die Jugendlichen werden in ihren individuellen Wünschen nach Freizeitgestaltung im Rahmen des Möglichen unterstützt.

Aus dieser Beschreibung geht klar hervor, dass die Aufgabe der Wohngruppe in erster Linie darin besteht, Leben zu organisieren, Strukturen zu schaffen, Problemlagen zu erkennen und Lösungsstrategien zu finden sowie Kompetenzen zu entwickeln.

## **2.2. Teilnehmerbeschreibung**

Da ich mich in dieser Arbeit auf empirisch erhobene Daten stützen möchte, erfolgt nun eine Beschreibung der Jugendlichen, die ein möglichst klares Bild der zu betrachtenden Personen geben soll. Die Beschreibung soll weiterhin dazu dienen, den Veränderungsprozess der Jugendlichen aufzeigen zu können. Zunächst folgt eine

Beschreibung der zu betrachtenden Jugendlichen vor der Teilnahme am Klettern anhand meiner Beobachtungen und Rücksprachen mit Bezugserziehern aus den entsprechenden Wohngruppen. In der Auswertung findet dann eine vergleichende Betrachtung der Jugendlichen statt, die ich auf Grund des Verhaltens beim Klettern feststellen konnte und welche Rolle dabei das erlebnispädagogische Moment Klettern gespielt hat.

### **2.2.1. Justus<sup>2</sup>**

Justus (geb. 2000) lebt in einer WG des VKKJ. Aufgrund von Erziehungsproblemen und der Überforderung vom Kindsvater, wurde er mit seinen zwei Geschwistern in dieser Jugendhilfeeinrichtung untergebracht.

Justus ist ein aufgeweckter und fröhlicher Junge, der, soweit ich es beurteilen kann, körperlich und geistig altersgemäß entwickelt ist. Zu Hause gestaltete er seine Freizeit meist mit Computerspielen oder anderen visuellen Medien. Sozialkontakte knüpfen oder Freundschaften pflegen blieb somit eher auf der Strecke. In seinem Klassenverband hat er Schwierigkeiten sich zu integrieren, zeigt sich eher als Einzelgänger und Eigenbrötler. Er weist starke Defizite in der sozial-emotionalen Entwicklung auf. Empathie und Einfühlungsvermögen gegenüber seinen Mitmenschen ist nur bedingt möglich. Es fällt ihm schwer einzuschätzen oder zu erkennen, wenn persönliche Grenzen überschritten werden. Oft ist Justus durch Worte oder Gestik/Mimik verletzend. Spiegelndes Verhalten durch die Erzieher und reflektierende Gespräche können nur bedingt zu Justus hindurchdringen. Es fällt ihm schwer, seine Gedanken zu äußern oder auf Fragen zu antworten. Oft benötigt er sehr lange eine passende Antwort zu äußern.

In der Geschwisterkonstellation ist gut zu beobachten, dass sich Justus gern Reibungspunkte sucht oder diese für sich nutzt. Das Weinen seiner kleinen Schwester hält ihn selten davon ab, sie weiter zu ärgern. Hingegen kann er seine Verärgerung klar benennen wenn ihn sein großer Bruder ärgert.

Bezugnehmend auf die frühere Freizeitbeschäftigung ist es derzeit in der Wohngruppe ganz anders. Hier hat er keinen PC oder ein Handy, mit dem er in seine eigene Welt flüchten kann. Im Wohngruppenalltag muss er sich aktiv mit seiner Umgebung auseinandersetzen, mit den Erziehern und Kindern/Jugendlichen kommunizieren und

---

<sup>2</sup> Name und personenbezogene Details wurden aus Gründen des Datenschutzes verändert

einen Weg finden, seine Freizeit effektiv zu gestalten. Angebote nutzt er gern und ist offen dafür. Gruppenangebote oder das gemeinsame Spiel zu zweit gibt ihm die Möglichkeit, sich anderen Mitbewohnern zu öffnen und sich auf neue zwischenmenschliche Beziehungen einzulassen.

Als er von dem Angebot „Klettern“ Kenntnis bekam, begeisterte er sich sofort dafür. Er nimmt auf eigenen Wunsch daran teil.

### **2.2.2. Markus<sup>3</sup>**

Markus (geb. 1998) lebt in einer Wohngruppe des VKKJ, da seine Mutter mit ihrer derzeitigen Lebenssituation (Trennung vom Partner, um mit neuer Partnerin zusammen zu leben) überfordert ist und ihm nicht die ihm zustehende Aufmerksamkeit schenken kann. Vorgeschaltete Maßnahmen, wie familienaufsuchende Hilfen waren nicht ausreichend.

Markus wirkt sehr verschlossen, zurückhaltend und unsicher. Sein äußeres Erscheinungsbild lässt ihn älter erscheinen als er wirklich ist. Er ist größer und kräftiger als gleichaltrige. Spricht man Markus an und bittet ihn um etwas, so hilft er bereitwillig. Er ist eher ein Einzelgänger und kann nicht so viel mit Gruppenveranstaltungen anfangen. Seine Umgangsformen sind höflich und ihm liegt sehr daran nirgends anzuecken. Sein Verhalten wirkt sehr angepasst, selbstbewusst tritt Markus nicht auf.

Aufgrund der chaotischen häuslichen Verhältnisse, besuchte er nicht regelmäßig die Schule. Ihm fällt es sichtlich schwer, sich an einen regelmäßigen Rhythmus zu gewöhnen und pünktlich aufzustehen um in die Schule zu gehen. Sicherlich spielen hier auch Defizite im Leistungsstand eine Rolle, die er jedoch gerne aufholen möchte.

In seiner Freizeit weis Markus oft nichts mit sich anzufangen. Am liebsten würde er sich den ganzen Tag vor den Fernseher setzen. Er fängt viele Dinge an, bringt jedoch nichts zu Ende. Kontinuierlich an einer Sache dran zu bleiben fällt Markus sehr schwer. Seine Freizeit sinnvoll zu gestalten hat Markus nie gelernt und kann auch auf keine positiven Erfahrungen aus dem Elternhaus zurückgreifen.

---

<sup>3</sup> Name und personenbezogene Details wurden aus Gründen des Datenschutzes verändert

Markus fühlt sich sehr wohl in der Wohngruppe, und kann die Regeln und Strukturen gut annehmen. Sein Verhalten gegenüber Erziehern und Mitbewohnern ist eher angepasst als altersgemäß.

### **2.2.3. Daniel<sup>4</sup>**

Daniel (geb. 1996) wird seit Mitte April 2010 im Rahmen des § 34 SGB VIII in einer WG des VKKJ vollstationär gefördert. Die Kindeseltern waren mit der Erziehung ihres Sohnes überfordert, in der Schule wurde von massiven Auffälligkeiten berichtet und davon, dass sich Daniel ausgesprochen respektlos, mitunter auch aggressiv verhielt.

In der Wohngruppe freundete er sich schnell mit einem zweiten Jugendlichen an. Daniel lässt sich sehr gern zu kleinen Neckereien motivieren. Was zunächst noch Spaß war, wird sehr schnell grenzüberschreitend, und sowohl Daniel, als auch die anderen Jugendlichen waren nicht mehr zu bremsen. Beispiele hierfür sind Albereien, die zu Streits ausufern, provozierendes Verhalten, wie Füße auf dem Tisch und Plastikflaschen werfen etc. Ist Daniel erst einmal in so einem „Rausch“ gefällt ihm das sehr gut, da dann endlich mal „was los ist“, wie er selber sagt.

Daniel lässt sich stark von dem anderen Jugendlichen beeinflussen und verbringt viel seiner freien Zeit mit ihm. Wenn die beiden unterwegs sind spielt Alkohol fast immer eine, wenn nicht sogar die zentrale Rolle. So kommt Daniel, vornehmlich am Wochenende, auch mäßig bis stark alkoholisiert aus dem Ausgang zurück. Wenn Daniel solche „Touren“ plant, dann nimmt er seine Medikamente bewusst nicht. Dies führt dann dazu, dass er z.B. in der Schule so auffällig ist, sich so wenig kontrollieren kann, und nicht am Unterricht teilnehmen kann, dass er vom Lehrer des Unterricht verwiesen werden musste.

Die in der Wohngruppe geltenden Regeln werden von Daniel auf ihre Gültigkeit überprüft, in dem er das tut wozu er Lust hat. Aufforderungen seine Ämter zu erledigen oder sich an Absprachen zu halten treffen bei ihm auf taube Ohren. Auffällig hierbei ist, dass vorwiegend die weiblichen Erzieher von dieser Problematik berichten.

Daniel wird als ein suchender Jugendlicher, der sich in der Pubertät befindet und nicht genau weiß, in welche Richtung er zu gehen hat, wahrgenommen. Die elterlichen Ressourcen scheinen erschöpft zu sein, wobei Mutter und Vater ihre Bereitschaft Daniel

---

<sup>4</sup> Name und personenbezogene Details wurden aus Gründen des Datenschutzes verändert

zu helfen und für ihn da zu sein signalisieren. Der Kontakt zum Vater ist für Daniel sehr wichtig und sollte unterstützt werden.

#### **2.2.4. Nicole<sup>5</sup>**

Nicole (geb. 1995) wohnte bis zu ihrem Einzug in die Wohngruppe des VKKJ unter sowohl finanziell als auch umgangsmäßig defizitären Umständen bei ihrer Mutter. Zu ihrem in B. lebenden Vater hat Nicole aufgrund von Konflikten zwischen ihm und der Mutter während Nicoles früher Kindheit keinen Kontakt. In dieser Zeit liegt auch der Ursprung der Beziehungsprobleme, die sich durch tägliche Auseinandersetzungen und gegenseitige psychische Gewaltausübung zwischen Mutter und Tochter bemerkbar machten. Außerdem kann die Mutter sich aufgrund ihrer chronischen Erkrankung und psychischer Probleme alleine nicht ausreichend um Nicole kümmern. Deshalb fiel es Nicole sehr schwer, ihren Alltag zu bewältigen, was mit einer sich häufenden Vermeidung des Schulbesuches einherging, obwohl sie über eine für ihr Alter ungewöhnlich gut ausgeprägte Fähigkeit zur Selbstständigkeit verfügt. Sie hatte keinen geeigneten Ansprechpartner für emotionale Anliegen und fühlte sich zuhause nicht wohl. Aus diesen Gründen litt Nicole unter schulischen und psychischen Problemen.

In der WG hat Nicole nun Ansprechpartner, denen sie sich freiwillig und in selbstbestimmtem Maße mitteilen kann. Ebenfalls in selbstbestimmtem Maße beansprucht sie die infolge der abgeschafften Belastung durch alltagsbedingte Konflikte mit der Mutter nur teilweise notwendige Unterstützung, die ihr bei der Alltagsbewältigung in jeder Hinsicht zur Verfügung steht. Gleichzeitig hat Nicole Freiräume, um ihr Potential zur Selbstständigkeit auszuleben, sich mit eigenen Problemen auseinanderzusetzen und den Kontakt zur Mutter nach Bedarf zu gestalten. Sie erfährt außerdem einen geregelten Umgang mit Geld und kann sich in der Wohngruppe, welches sie selber als ihr Zuhause bezeichnet, wohl fühlen. Nicole kann die Regeln des WG-Lebens akzeptieren, da der emotionale Aspekt in Beziehung zu den Betreuungspersonen nicht mehr vorhanden ist, jedoch fällt ihr deren Einhaltung aufgrund ihrer starken Eigenständigkeit schwer.

In ihrer neuen und sicherheitsgebenden Wohnsituation ist es Nicole möglich, ihren Alltag selbst zu gestalten, sich eine annehmbare Struktur aufzubauen und auch ihre

---

<sup>5</sup> Name und personenbezogene Details wurden aus Gründen des Datenschutzes verändert

Probleme in Bezug auf die Schule in Angriff zu nehmen. Aufgrund des seitens der WG geförderten Kontaktes zur Mutter verbessert sich sowohl die Kommunikation als auch die Beziehung zwischen ihr und der Tochter. Nicole hat in der WG den Freiraum, um sich auch mit sich selbst und ihren psychischen Problemen auseinanderzusetzen, was einen ausgesprochen positiven Einfluss auf ihre Persönlichkeitsentwicklung hat.

Diese Jugendlichen stehen beispielgebend für alle anderen Teilnehmer im Kletterprojekt wobei jeder Jugendliche seine eigene individuelle Geschichte mit sich bringt. Den Jugendlichen war es bisher nicht vergönnt in ausreichendem Maße die erforderlichen Kompetenzen zu erwerben und sie sind nun auf die professionelle Hilfe angewiesen um dies nachzuholen. FÜRST ist der Meinung, das erlebnispädagogische Settings, die diesem Ziel gerecht werden, daher für die Teilnehmer deutlich erlebbare Strukturen beinhalten.<sup>6</sup>

### 2.3. Statistischer Überblick

Im von mir durchgeführten Kletterprojekt haben im Zeitraum von März 2011 bis zum heutigen Tage 36 Jugendliche teilgenommen. Davon waren 21 Jugendliche nur zum Schnuppern da. 8 Jugendliche kamen einige Male und sehr sporadisch. Über die Zeit bildete sich jedoch ein fester Kern von 7 Jugendlichen, die regelmäßig am Klettern teilnahmen (siehe Grafik).

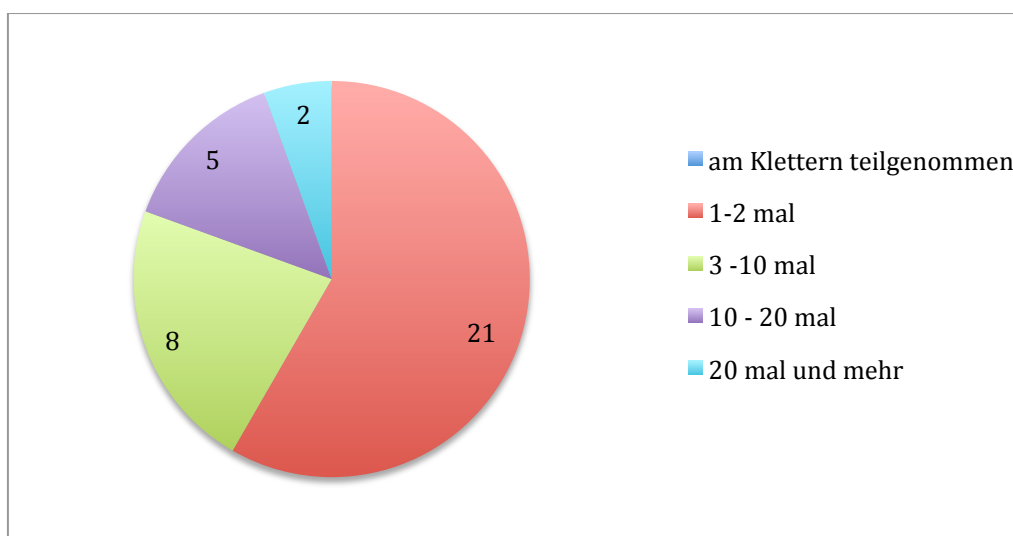


Abb. 1 Verteilung der Jugendlichen nach Häufigkeit der Teilnahme

<sup>6</sup> vergl. (FÜRST, 2009)

Die unter Punkt 2.2. beschriebenen Jugendlichen gehören zu der Gruppe, die sich regelmäßig fürs Klettern entschieden haben und somit hatte ich die Möglichkeit sie zu beobachten und zu beurteilen inwieweit sich das Klettern positiv auf sie ausgewirkt hat.

### **3. Welches Potenzial hat die Erlebnispädagogische Maßnahme Klettern?**

#### **3.1. Klettern in der Erlebnispädagogik**

Betrachtet man die Entwicklung des Kletterns in den letzten Jahren, so ist festzustellen dass in immer mehr Einrichtungen wie zum Beispiel Kindergärten und Schulen sowie in Wohngruppen und Freizeittreff sich das Klettern großer Beliebtheit verschreibt. Gerade die im Klettern steckenden Potenziale wie Herausforderung, Grenzerfahrung, Erfolgserlebnisse, Abenteuer und Teambildung spielen hierbei eine große Rolle.

Da es sich beim Klettern um eine sehr komplexe Angelegenheit handelt, die, richtig eingesetzt, eine Vielzahl an Möglichkeiten bietet seine Erfahrungen und seine Erlebnisse intensiv zu spüren, und im Hinblick auf den pädagogischen Nutzen genau beleuchtet werden muss, soll zunächst das Klettern genauer betrachtet und der daraus resultierende pädagogische Nutzen beschrieben werden.

*HEISE & HEISE-FLECKEN* weist auf die mehrdimensionalen Aspekte des Kletterns hin und die hervorragenden Angebote, die sich für Schulen und sozialpädagogische Einrichtungen daraus ergeben. Denn „überall dort, wo unter spannenden, motivierenden Rahmenbedingungen Teamfähigkeit und verantwortungsvoller Umgang miteinander geschult werden sollen, kann das Klettern einen wertvollen Beitrag leisten.“<sup>7</sup>

Betrachtet man die pränatale menschliche Entwicklung, so spielt klettern schon sehr früh eine wichtige Rolle. Kleinkinder können schon klettern bevor sie richtig laufen können. Man könnte auch sagen, klettern ist eine den Menschen in die Wiege gelegte Bewegungsform. Durch das Klettern oder das Hochziehen an Gegenständen befriedigt das Kleinkind seine Neugier und möchte sich einen „Überblick“ verschaffen. In der Literatur finden sich zahlreiche Beschreibungen und Definitionen des Begriffs „Klettern“. Diese hier auch nur ansatzweise anzuführen, würde den Rahmen dieser

---

<sup>7</sup> (Heise-Flecken, 2010) Seite 7

Arbeit sprengen und ich möchte mich in einer eigenen Definition des Begriffs, wie er in dieser Arbeit verstanden und umgesetzt wird, versuchen:

Spreche ich in dieser Arbeit vom Klettern, so ist immer das Sportklettern am Toprope gemeint, d.h. das Sicherungsseil geht vom Kletterer über einen am oberen Ende der Kletterroute befestigten Umlenker zurück zum sichernden Kletterpartner, an künstlichen Kletterwänden, die mit Griffen und Tritten bestückt sind, in der Halle oder im Freien. Somit umfasst der Begriff „Klettern“ nicht nur die motorischen Abläufe beim hinaufklettern einer Kletterwand an den dafür vorgesehenen Griffen, Tritten und Strukturen, sondern beschreibt die Gesamtsituation, bestehend aus dem Kletterer, dem sichernden Kletterpartner, der Ausrüstung - einschließlich deren korrekten Gebrauch, der Regeln und Normen sowie der zu bezwingenden Kletterroute und deren Zusammenspiel. Hierbei wird vordergründig das sportliche Ziel verfolgt, die zu bezwingende Kletterroute durch die Nutzung der dafür vorgesehenen Griffe, Tritte und Strukturen, von Anfang bis Ende durchzusteigen, ohne eine Pause am Seil zu machen oder in das Sicherungsseil zu stürzen. Den Kletterpartner fällt hierbei die Aufgabe der Sicherung zu, die über Klettergurte, Karabiner, Sicherungsgeräte, Seil sowie Bohrhaken und Sicherungstechnik realisiert werden.

Nach WINTER ist „... das Sportklettern das Vollbringen einer durch Kondition und Technik geprägten Turnkür an einer Felswand, die Auseinandersetzung des Geistes mit einem zu bewältigenden Bewegungsproblem und der Einsatz des Körpers als multifunktionales Werkzeug.“<sup>8</sup>

### **3.2. Umfassende Betrachtung des Kletterns**

Dies ist nur die eine Seite der Medaille, der sportliche Aspekt. Differenziert betrachtet sind mannigfaltige Fähigkeiten und Fertigkeiten zu beherrschen um erfolgreich eine Kletterroute zu bewältigen. Somit fördert und schult das Klettern Körper, Geist und Seele.

---

<sup>8</sup> Winter, 2000, S.11



### **3.2.1. Der Körper oder die motorische Dimension**

In diesem Bereich findet sich alles wieder was wir in Bezug auf das Klettern mit unserem Körper tun. Angefangen vom Knoten knüpfen über neue Bewegungsabläufe beim Sichern bis hin zu komplexen Bewegungskombinationen in der Wand. Hierunter fallen Griff- und Tritttechniken sowie das Körpergefühl für Körperschwerpunkt und Balance. Außerdem werden Aspekte wie Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer durch das Klettern erworben und geschult.

### **3.2.2. Der Geist oder die kognitive Dimension**

Der gesamte Wissenskomplex rund ums Klettern hat in der kognitiven Dimension seinen Platz. Angefangen über die Verhaltensregeln und Rahmenbedingungen über das Fachwissen der Kletterausrüstung und dessen Bedeutung und Behandlung sowie die theoretische Auseinandersetzung mit Sicherungs- und Klettertechniken, taktischem Vorgehen und Umgang mit dem Kletterpartner.

### **3.2.3. Die Seele oder die soziale - emotionale Dimension**

Hier sind, wie im richtigen Leben, Fähigkeiten, wie die eigene und fremde Wahrnehmung, Kooperation, Empathie, Kommunikation, Vertrauen, Verantwortung sowie Angst und Mut, eben alles was für ein gelungenes Miteinander mitgebracht werden sollte, zu bedienen.

Diese Betrachtungsweise des Kletterns legt nahe, einen genauen Blick in die Erlebnispädagogik zu werfen. Im folgenden Abschnitt möchte ich mich mit der Erlebnispädagogik beschäftigen, und die enge Verbindung zum Klettern herstellen.

## **3.3. Erlebnispädagogik**

In Seinem Buch „Erlebnispädagogik“ definiert MICHEL sehr treffend, dass Erlebnispädagogik eine handlungsorientierte Methode ist. Diese will durch ihre beispielhafte Art und Weise des Lernens, in denen die Jugendlichen vor körperliche, geistige und soziale Herausforderungen gestellt werden, die Jugendlichen in Ihrer Persönlichkeitsentwicklung unterstützen und sie dazu befähigen, ihre Lebenswelt

verantwortlich zu gestalten.<sup>9</sup>

Um das Thema Erlebnispädagogik in dieser Arbeit richtig einzuordnen und deutlich zu machen, dass es hier nicht um ein reines erlebnispädagogisches Projekt geht, sondern vielmehr erlebnispädagogische Ansätze Einfluss finden, möchte ich zunächst einen groben Überblick über das weite Feld der Erlebnispädagogik geben und wie Walter Fürst in seinem Buch „Gruppe erleben“ einleitend darüber spricht,

- wie sie (hier bezieht sich Fürst auf die Praktiker) Erlebnispädagogische Handlungsfelder so gestalten können, dass sie nicht nur allgemein persönlichkeitsbildende Wirkungen haben, sondern günstige Voraussetzungen für die Bewältigung bestimmter individueller Entwicklungsaufgaben der Gruppenteilnehmer schaffen,
- wie Sie einzelne oder die gesamte Gruppe durch gezielte, heilpädagogisch begründete Interventionen bei der Bewältigung dieser Entwicklungsaufgaben unterstützen können, ...
- wie Gruppenprozesse erfasst und genutzt werden können, um in der Gruppe ein positives Lernklima zu schaffen und einzelne individuell wichtige Erfahrungen zu ermöglichen.<sup>10</sup>

verdeutlich das von mir verfolgte Ziel, durch das Einbinden erlebnispädagogische Ansätze, zu erreichen, recht gut. *„Primäre erlebnispädagogische Handlungsfelder konfrontiert die Teilnehmer mit situationsimmanenten, ihre Grundbedürfnisse berührenden, unabweisbaren Anforderungen. Ein noch unaufgebautes Zelt am Abend bei einsetzendem Regen im Rahmen einer mehrtägigen Wanderung, die Auseinandersetzung, wer mit wem ein Team bildet, sind typische Beispiele. Die von mir geschaffene Gruppenkonstellation, sowie die „künstlich“, aus pädagogischen Erwägungen heraus geschaffenen Aufgaben, ... zählen ... zu den sekundären erlebnispädagogischen Handlungsfeldern da solche Anforderungen nicht spontan aus den Bedingungen einer akuten Lebenssituation der Gruppe entstehen.“*<sup>11</sup> Hier grenzt sich die Klettergruppe klar von einem rein erlebnispädagogischen Projekt ab. Dennoch sind primärer Handlungsfelder nicht ausgeschlossen und können zum Beispiel dann auftreten wenn sich ein Teilnehmer verletzt, was glücklicherweise noch nicht passiert ist. Alle von mir geschaffenen Situationen während des Ablaufes des Klettertrainings sind initiiert und stellen ein Angebot für die Jugendlichen da, welches angenommen werden kann. Jedoch hat der Jugendliche, da er freiwillig teilnimmt, die Wahl es zu tun oder nicht. Doch nun zunächst die Einordnung der Erlebnispädagogik.

Beschäftigt man sich mit der Entstehungsgeschichte der Erlebnispädagogik, so findet

---

<sup>9</sup> vergl. (MICHL, 2011)

<sup>10</sup> Fürst, 2009, S. 6

<sup>11</sup> vergl. Fürst, 2009 S. 27

sich in der Literatur, in Nachschlagewerken sowie dem Internet (Wikipedia), eine eindeutige Tendenz dahingehend, dass die Wegbereiter Jean-Jacques Rousseau (1712-1778)<sup>12</sup> und Henry David Thoreau (1817-1862)<sup>13</sup> hier bedeutend sind.

MICHL formuliert hier sehr treffend, dass Rousseau die Lebensphase Kindheit entdeckte und Erlebnisse sowie Abenteuer in der Natur und die Auseinandersetzung mit ihr seien die treibende erzieherische Kraft. Das unmittelbare und aktive Lernen fördert in optimaler Weise das Kind. MICHL ist der Meinung, dass Rousseau damit die Grundmauern zum erlebnis- und handlungsorientierten Lernen geschaffen habe.<sup>14</sup>

Thoreau sei ein Aussteiger, Pädagoge, Poet und letztlich auch ein Tiefenpsychologe des 19. Jahrhunderts, der allen unnötigen zivilisatorischen Ballast auf dem Weg zum Unbewussten, zur Erkenntnis und zum geglückten Leben abwerfen wolle, schreibt MICHL. Thoreaus Rückzug an den Walden-See wird später zum Modell einige Tage und Nächte allein in der Natur zu verbringen,<sup>15</sup> was auch in ähnlicher Form bei Kurt Hahn (1886-1974)<sup>16</sup> wiederzufinden ist.

Hahn gilt als der Begründer der Erlebnispädagogik wie wir sie heute verstehen und einsetzen. In allen mir bekannten erlebnispädagogischen Arbeitsfeldern finden die Grundlagen von Kurt Hahn Anwendung.

Hahns ursprünglicher Ansatz sei es gewesen, den Verfall der Gesellschaft durch die pädagogische Praxis aufzuhalten, so MICHL. Weiter führt er aus, dass die von Hahn analysierten Verfallserscheinungen eine grobkörnige Analyse seien, jedoch eine erstaunliche Aktualität entfalte und ebenso einfach kommen Hahns vier Therapien (körperliches Training, Expedition, Projekt und Dienst am Nächsten) daher. Ich stimme MICHL in seiner Aussage, dass diese aber ohne Zweifel allerhöchste Bedeutung für die Lösung aktueller Probleme wie Übergewicht und Adipositas, Passivität durch neue Medien sowie Defizite bei sozialen Kompetenzen haben, zu.<sup>17</sup>

Entscheidend ist dabei, ein Setting so zu strukturieren, dass den Jugendlichen die

---

<sup>12</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Jean-Jacques\\_Rousseau](http://de.wikipedia.org/wiki/Jean-Jacques_Rousseau), 2013,

<sup>13</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Henry\\_David\\_Thoreau](http://de.wikipedia.org/wiki/Henry_David_Thoreau), 2013,

<sup>14</sup> vergl. MICHL, 2011, S. 22

<sup>15</sup> vergl. MICHL, 2011, S. 24

<sup>16</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Kurt\\_Hahn](http://de.wikipedia.org/wiki/Kurt_Hahn), 2013,

<sup>17</sup> vergl. MICHL, 2011, S. 28-29

Möglichkeit gibt, defizitäre Anlagen neu zu strukturieren und für sich zu erkennen, dass es noch andere Optionen gibt. Hier kann die Erlebnispädagogik einen wertvollen Beitrag leisten

#### **4. Der erlebnispädagogische Anteil im Kletterprojekt**

Im folgenden Abschnitt möchte ich mich der Herausforderung stellen, den Bezug zwischen der Erlebnispädagogik und dem von mir durchgeführten Klettertraining herzustellen.

Hahn spricht von den vier Methoden der Erlebnistherapie. Wie bereits erwähnt möchte Hahn den „Verfall der körperlichen Tauglichkeit“ durch „körperliches Training“ aufhalten. Diesen Punkt sehe ich durch die einmal wöchentlich, sehr regelmäßig, stattfindenden Trainingseinheiten als gegeben, wenngleich Hahn auch von verschiedenen Natursportarten sprach ist Klettern jedoch ein Teilbereich. Hahns „Expedition“ soll den „Mangel an Initiative und Spontanität“ entgegenwirken. Wie das Wort Expedition impliziert, handelt es sich hier um eine mehrtägige Unternehmung. Dieser Aspekt der Erlebnispädagogik findet momentan keine Berücksichtigung im Klettertraining, könnte jedoch für zukünftige Gruppen in Erwägung gezogen werden. Auch ist das „Projekt“, mit dem der „Mangel an Sorgsamkeit“ ausgeglichen werden soll, nicht auf den ersten Blick zu erkennen. Hier versuche ich die von Stunde zu Stunde variierenden Themen, richtiges Anlegen der Ausrüstung, Sicherungsknoten, Abseilen, als ein kleines Projekt den Jugendlichen zu vermitteln. Hier findet auch der ordentliche Umgang mit der Ausrüstung seine Bedeutung. Ähnlich verhält es sich mit dem von Hahn angesprochenen „Dienst am Nächsten“. Dieser soll den „Mangel an menschliche Anteilnahme“ kompensieren. Betrachtet man die Situation der Jugendlichen, so ist schnell klar, dass sie selbst sich die nächsten sind und oft nicht mit sich selbst gut umgegangen sind. Hier spielt das Thema Selbstverletzung und delinquentes Verhalten eine große Rolle. Nicht zuletzt verstehe ich in meiner erlebnispädagogisch gefärbten Arbeit den Umgang miteinander als eine Art „Dienst am Nächsten“.<sup>18</sup>

---

<sup>18</sup> vergl. HAHN, 1998, S. 301 ff

Um näher auf die Spezifik des Kletterns eingehen zu können, bedarf es zunächst einer Klärung der Begriffe Selbstkompetenz und Sozialer Kompetenz, die uns dann weiter zur Betrachtung der Gruppe führen wird.

#### 4.1. Selbstkompetenz

**Selbstkompetenz** ist ein Begriff, der unter anderem in der Rehabilitation und im Bildungswesen verwendet wird. Er bezeichnet in der Rehabilitation die Fähigkeit von Patienten, auf der Grundlage von Wissen und Kenntnissen die Verantwortung für den Behandlungsprozess und die Rehabilitation zu übernehmen. Unter anderem gehört dazu auch, den eigenen Behandlungsprozess zu modulieren, auf gesunde Lebensführung zu achten - aber auch Wege zu finden, mit einer (chronischen) Krankheit oder Behinderung besser zu leben. Selbstkompetenz kann durch die Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe erworben bzw. gestärkt werden.

Den Begriff prägte der Erziehungswissenschaftler Heinrich Roth 1971 zur Unterscheidung von Kompetenzen, die in der Entwicklung des Menschen ausgeprägt werden. Daneben stehen die Sozial- und die Sachkompetenz.

Die deutsche Kultusministerkonferenz beschreibt Selbstkompetenz als

„Bereitschaft und Fähigkeit, als individuelle Persönlichkeit die Entwicklungschancen, Anforderungen und Einschränkungen in Familie, Beruf und öffentlichem Leben zu klären, zu durchdenken und zu beurteilen, eigene Begabungen zu entfalten sowie Lebenspläne zu fassen und fortzuentwickeln. Sie umfasst Eigenschaften wie Selbstständigkeit, Kritikfähigkeit, Selbstvertrauen, Zuverlässigkeit, Verantwortungs- und Pflichtbewusstsein. Zu ihr gehören insbesondere auch die Entwicklung durchdachter Wertvorstellungen und die selbstbestimmte Bindung an Werte.“<sup>19</sup>

Zur **Selbstkompetenz** gehören

- *Leistungsbereitschaft und **Sorgfalt**,*
- *das Erkennen und Einschätzen eigener Stärken und Schwächen,*
- *die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen und entsprechend zu handeln,*
- *sich selbst Arbeits- und Verhaltensziele zu setzen,*
- *zielstrebig und ausdauernd zu arbeiten,*
- ***Selbstvertrauen** und Selbstständigkeit,*

---

<sup>19</sup> <http://de.wikipedia.org/wiki/Selbstkompetenz>

- *mit Mißerfolgen umgehen zu können,*
- *die Bereitschaft, Hinweise anderer aufzugreifen,*
- *Hilfe zu leisten und anzunehmen,*
- *Selbstkontrolle und -reflexion sowie Anstrengungsbereitschaft.*<sup>20</sup>

#### 4.2. Soziale Kompetenz

**Soziale Kompetenz** (englisch *social skills*), häufig auch **Soft Skills** genannt, ist die Gesamtheit individueller Einstellungen und Fähigkeiten, die dazu dienlich sind, eigene Handlungsziele mit den Einstellungen und Werten einer Gruppe zu verknüpfen und in diesem Sinne auch das Verhalten und die Einstellungen dieser Gruppe zu beeinflussen. *Soziale Kompetenz* umfasst eine Vielzahl von Fertigkeiten, die für die soziale Interaktion nützlich bzw. notwendig sind. Ein zuweilen mit ihr gleichgesetzter Teilaspekt der *sozialen Kompetenz* ist dabei die sogenannte **soziale Intelligenz** als „Fähigkeit, andere zu verstehen sowie sich ihnen gegenüber situationsangemessen und klug zu verhalten“<sup>21</sup>

*Sozialkompetenz umfasst die Bereitschaft und die Fähigkeit,*

- *mit anderen gemeinsam zu lernen und arbeiten,*
- *Verantwortung wahrzunehmen und übernehmen,*
- *solidarisch und tolerant zu handeln,*
- *anderen einfühlsam zu begegnen,*
- *sich an vereinbarte Regeln halten, sich einordnen, aber auch leiten zu können,*
- *offen auf andere zuzugehen*
- *eine positive Grundhaltung anderen gegenüber zu haben*
- *partner- und situationsgerecht zu handeln,*
- *mit Konflikten angemessen umgehen zu können.*<sup>22</sup>

Dieser kurze Ausflug soll verdeutlichen, vergleicht man die Ausgangssituation der Jugendlichen mit den soeben beschriebenen, wie groß das zu bearbeitende Feld ist. Gerade das Klettern bietet durch seinen auffordernden Charakter hier viele Möglichkeiten die Selbst- und Sozialkompetenzen zunächst so zu bearbeiten, dass diese im Rahmen des Kletterns Erfolgserlebnisse hervorbringen, die dann durch Reflexion zu

<sup>20</sup> <http://www.bildungsserver-mv.de/download/material/text-lehmann-nieke.pdf>

<sup>21</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Soziale\\_Kompetenz](http://de.wikipedia.org/wiki/Soziale_Kompetenz)

<sup>22</sup> <http://www.bildungsserver-mv.de/download/material/text-lehmann-nieke.pdf>

einem Transfer in den Alltag der Jugendlichen Einzug halten kann. Exemplarisch möchte ich nun auf die aus meiner Sicht im Klettern wichtigsten Kompetenzen eingehen.

### **4.3. Kletterspezifische Kompetenzen**

#### **4.3.1. Sorgfalt:**

Da es sich beim Klettern um eine Sportart handelt, in der man sich sehr gefährlichen Situationen aussetzt, diese jedoch durch technische Hilfsmittel absichert, ist beim Umgang mit selbigen eine sehr große Sorgfalt gefragt. Das beginnt bereits beim Handling, hier muss darauf geachtet werden, dass Kletterseile, Sicherungsgeräte und Sitzgurte nicht im Schmutz liegen oder anders beschmutzt oder beschädigt werden. Es führt über die richtige Handhabung des Sicherungsmaterials, wie das korrekte Anlegen des Gurtes, richtiges Einbinden mit vorgegebenen Knoten und exakte Bedienung des Sicherungsgerätes sowie der Kontrolle des Partners beim Partnercheck. Es endet beim ordentlichen Verstauen und der Lagerung der Hilfsmittel, damit es beim nächsten Training keine Verzögerungen bei der Ausgabe des Materials gibt. Ein weiterer Punkt der gut zur Selbstkompetenz passt, ist das pünktliche Erscheinen zum Klettertraining damit ein gemeinsamer Beginn möglich ist. Erlangen die Jugendlichen hierdurch einen Vorteil und freuen sich über gut sortierte Schuhe und Gurte sowie knotenfreie Kletterseile, könnte dies ihnen ein Vorbild sein, was dann in ihrem Alltag Anwendung finden kann.

#### **4.3.2. Selbstvertrauen:**

Da die am Klettern teilnehmenden Jugendlichen teils eine sehr schwere, mit unter traumatische Vergangenheit hatten, gelang es manchen von Ihnen verständlicherweise nicht einen stabilen Selbstwert aufzubauen. Ihnen wurde Wertschätzung und Anerkennung vorenthalten oder in nicht ausreichendem Maße zuteil, es gab vielleicht kaum positive Vorbilder mit denen sie sich identifizieren konnten oder, um es mit einfachen Worten zu sagen, sie hatten keine glückliche Kindheit. Beim Klettern gilt der Grundsatz, dass jeder klettern kann. Wenn ein Jugendlicher sich für das Klettern entscheidet, fängt alles sehr leicht und spielerisch an. Schnell merken die Jugendlichen dass sie mehr wollen und sich selber auch mehr zutrauen. Insbesondere beim Klettern

im Freien schien der Gipfel des künstlichen Kletterfelsen unerreichbar, wurde jedoch bis zum heutigen Tage von jedem bezwungen. Durch Anerkennung der Leistung die die Jugendlichen erbracht haben soll erreicht werden, dass die Jugendlichen in ihr eigenes Tun und Handeln vertrauen – dass sie sich selbst vertrauen können und durchaus in der Lage sind etwas zu schaffen, was ihnen viele Jahre abgesprochen wurde. Hier könnten die Jugendlichen den Schluss ziehen, ein zunächst vermeintlich unerreichbares Ziel kann erreicht werden, allein dadurch, dass ich an mich und meine Fähigkeiten glaube und mich auf den Weg mache es zu versuchen.

#### **4.3.3. Hilfe zu leisten und anzunehmen:**

Ohne diese Kompetenz wäre im Klettern eine Seilschaft die gemeinsam ihr Ziel erreichen will - den Gipfel - nicht denkbar – wie eben auch im Leben. Die Jugendlichen erleben beim Klettern, dass es auf beides ankommt. Ohne die Hilfe des sichernden Kletterpartners kann nicht geklettert werden, und nimmt der Kletterer die Hilfe nicht an, so bleiben beide auf dem Boden. Auch im Vorfeld kommt es immer wieder zu Situationen in denen Hilfe eine Rolle spielt. Sei es beim Anlegen des Gurtes oder beim Knüpfen des Knotens – Hier entsteht in vielen Situationen ein Wechselspiel von Hilfe leisten und Hilfe annehmen ohne welches die Jugendlichen gar nicht kletterbereit wären. Beim finalen Klettern ist es dann, wie bereits erwähnt, am deutlichsten. Um hier einen guten Transfair für den Alltag zu ermöglichen, sollten die Jugendlichen einerseits das Gefühl bekommen, dass es Spaß machen kann zu helfen, andererseits, dass es vollkommen in Ordnung ist nach Hilfe zu fragen um diese dann auch zu erhalten und sie annehmen zu können.

#### **4.3.4. Selbstkontrolle und -reflexion:**

„Wenn jemandem etwas gegen den Strich geht, ist es immer sehr einfach andere am Prozess Beteiligte dafür verantwortlich zu machen oder den Unmut an ihnen auszulassen.“ Diese Reaktion ist häufig bei den Jugendlichen zu finden. Die Schuld für eine Niederlage wird immer bei den anderen gesucht, nie oder selten bei sich selber. Steht der Jugendliche nun an einer Wand und soll an dieser unter Zuhilfenahme der dafür vorgesehenen Tritte und Griffe hinaufklettern ist es ein Prozess der ausschließlich mit ihm und der Wand zu tun hat. In vielerlei Hinsicht muss hierfür Selbstkontrolle



aufgebracht werden. Zunächst kontrolliert er selber seine Motorik um Griffe und Tritte sicher zu verwenden. Je höher er kommt, auch bei einfachen Routen, desto mehr muss der Jugendliche seine emotionalen Gefühle und die Angst kontrollieren. Ist er an einem Punkt angelangt an dem es nicht mehr weiter geht, so kann er keine andere Person für diese Situation verantwortlich machen. Der Jugendliche muss sich fragen: Warum komme ich hier nicht weiter? Dies stellt dann den Beginn des Prozesses der Selbstreflektion da, der jedoch nicht nur durch „negative“ Erlebnisse in Gang kommen kann, genauso gut ist es möglich dass der Jugendliche es bis zum Ende geschafft hat und darüber nachdenkt warum es denn so gut gegangen ist. Hier suche ich immer wieder das Gespräch mit den Jugendlichen und gebe Anregung in welcher Richtung eine Lösung gefunden werden könnte. Gelingt den Jugendlichen durch Selbstkontrolle und -reflektion eine realistische Einschätzung der Situation und entwickeln Sie Lösungsstrategien, so kann dies eventuell auf andere schwierige Situationen in ihrem Leben abfärben und ein neues Handlungsmuster für die Jugendlichen darstellen.

#### **4.3.5. Gemeinschaft:**

Oft haben die Jugendlichen das Problem mit anderen etwas zu unternehmen und persönlich auf jemanden zuzugehen. Sie verstecken sich hinter Smartphone, PlayStation und PC wobei hier eine anonyme Art von Gemeinsamkeit bedient wird. In dieser virtuellen Welt kann nicht geklettert werden. Dazu sind reale Menschen und reale Bedingungen notwendig. Beim Klettern mit den Jugendlichen bietet sich ihnen die Möglichkeit mit anderen gemeinsam und direkt/persönlich zu interagieren - alle wollen Klettern und Spaß dabei haben. Somit ist es auch notwendig sich von Angesicht zu Angesicht mit anderen Personen auseinander zusetzen. Beim Klettern soll hier den Jugendlichen verdeutlicht werden, dass dies in einem sich wertschätzenden, freundlichen Umgangston passieren kann. Sollte es einmal zu Auseinandersetzungen kommen oder das Verhalten nicht angemessen sein, ist die Frage die ich den Jugendlichen immer wieder stelle: Möchtest Du so behandelt werden? Hier lernen die Jugendlichen sich in die Situation des anderen zu versetzen und fangen an über ihr Verhalten nachzudenken.

#### **4.3.6. Verantwortung wahrnehmen und übernehmen:**

Eine zentrale Rolle beim Klettern ist das Sichern. Hier können die Jugendlichen zeigen inwieweit sie bereit sind Verantwortung zu übernehmen. Indem ein Jugendlicher einen anderen beim Klettern sichert, legt der Kletterer sprichwörtlich sein Leben in die Hände des anderen Jugendlichen. Ich selber bin immer wieder sehr positiv überrascht, wie zuverlässig und aufmerksam Jugendliche diese Aufgabe wahrnehmen. Schnell ist im Jugendlichen bewusst wie wichtig das Sichern ist und das ohne Sichern kein Klettern möglich ist. Aber Verantwortung wird nicht nur wahrgenommen beim Sichern, schon vorher wenn die Jugendlichen sich anziehen ist es wichtig verantwortungsvoll die Ausrüstung zu kontrollieren und anzulegen. Hier sind mehrere Aspekte zu bemerken: die Verantwortung für sich selber, die Verantwortung für den Kletterpartner und die Verantwortung für das Equipment. Übertragen die Jugendlichen diese Verantwortung in ihr alltägliches Handeln, so merken Sie schnell, dass sie für viele Dinge in ihrem Leben verantwortlich sind. Beim Klettern, und gerade beim Sichern wird dieses „das Leben in die Hand nehmen“, „Verantwortung übernehmen“ und die Folgen, wenn dies nicht geschieht, unmittelbar und sehr drastisch sichtbar.

#### **4.3.7. sich an vereinbarte Regeln halten:**

Gerade im Altersbereich von 10-18 Jahren, der gesamten Pubertät, spielen Regeln eine besondere Rolle – aber noch viel Mehr spielt das „sich an vereinbarte Regeln halten“ eine zentrale Rolle. Die Jugendlichen stellen alles was die Erwachsenenwelt ihnen vorgibt in Frage beziehungsweise versuchen Sie die ihnen gesetzten Rahmenbedingungen selber zu interpretieren. Da es beim Klettern um sehr einfache, plausible und sicherheitsrelevante Regeln geht, haben die Jugendlichen hier nur einen sehr geringen Spielraum für Interpretationen. Wer klettern will muss diese Regeln befolgen, wer es nicht tut, kann nicht mitklettern. Beim Klettern kann auch sehr anschaulich und drastisch verdeutlicht werden, was passiert, wenn man sich nicht an die Regeln hält. So ist zum Beispiel eine Regel, dass vor dem Einstieg in die Wand ein Partnercheck durchgeführt wird. Hierbei kontrollieren sich die Kletterpartner gegenseitig ob das Gurtzeug korrekt angelegt ist, der Sicherungsknoten vorschriftsmäßig geknüpft ist und das Sicherungsgerät richtig angebracht ist sowie dass eine Seilverbindung besteht. Fällt zum Beispiel dieser Partnercheck aus und einem der beiden Akteure ist, aus welchem Grund auch immer, ein Fehler unterlaufen so kann dies

im schlimmsten Fall tödliche Folgen haben. Wenn man will, kann man diesen Aspekt beim Klettern auch dahingehend sehen, den Ernsthaftigkeitscharakter, wie er in der Erlebnispädagogik gefordert wird, zu erkennen. Hier wird den Jugendlichen sehr deutlich gezeigt, dass es manchmal notwendig ist sich an Regeln zu halten um sein Ziel zu erreichen, und eine eigene Interpretation nicht angebracht ist. Anzumerken ist noch, dass es hier nicht darum geht, kritiklos Gegebenheiten hinzunehmen - vielmehr geht es darum, die Notwendigkeit von Regeln zu erkennen und zu akzeptieren.

Es fiel mir zugegebenermaßen sehr schwer, mich hier auf eine kleine Auswahl zu beschränken. Das Klettern ist viel zu komplex um es auf wenige Kompetenzen zu begrenzen. Erst in der Gesamtheit, also dem Gesamtpaket Klettern, könne aus meiner Sicht alle Aspekte in ihrem Zusammenspiel Wirkung zeigen.

## **5. Gruppe**

### **5.1. Einordnungs- und Definitionsversuch**

Ein weiterer zentraler Punkt, der in dieser Arbeit Beachtung finden soll, ist das Moment der Gruppe. Ein kleiner Exkurs in die Theorien verschiedener Autoren, die sich mit der Thematik „Gruppe“ befasst haben, soll hierfür zunächst eine Grundhaltung schaffen. Hierbei fällt der Blick darauf, was eine Gruppe ist und wie eine Gruppe funktioniert, beziehungsweise inwieweit die Gruppe notwendig ist, um soziales Lernen zu ermöglichen und welche Rolle die Gruppe hierbei spielt.

„Ich habe bisher von Gruppen ... gesprochen, ohne klar zu definieren, was ich überhaupt unter einer Gruppe verstehe. Dies liegt auch daran, dass es unter den Sozialpsychologen keine eindeutige Definition gibt.“<sup>23</sup>

Eine aus meiner Sicht sehr gelungene Übersicht der Betrachtungsweise einer Gruppe zeigt WELLHÖFER<sup>24</sup>, indem er sich auf unterschiedliche Autoren beruft. So ist er der Meinung, dass nach Hofstätter<sup>25</sup> die »Menschen im Plural« in sechs Unterschiedliche Kategorien einzuordnen seien: Menge, Klasse, Familie, Gruppe, Masse und Verband. Von einer Menge spräche man, wenn sich mehrere Menschen zufällig zur gleichen Zeit an einem Ort treffen (Bahnhof, Theater, Zoo). Hierbei gehe es nicht um eine enge Beziehung, eher um ein akzidentelles Beisammen-Sein. Durch außergewöhnliche

---

<sup>23</sup> Wellhöfer, 2012, S. 17

<sup>24</sup> vergl WELLHÖFER, 2012, S. 18 ff

<sup>25</sup> HOFSTÄTTER, 1986,

externe Konstellationen (z.B. Katastrophen) könne ein Zusammenwirken wichtig werden und die Menge könne sich in zwei Richtungen verändern. In eine amorphe, panikartig, hastende und gefährlich handelnde Masse oder in eine Gruppe. Nach Hofstätter seien zwei Punkte für eine Gruppe ausschlaggebend und zu beobachten: die Rollenstruktur durch Leiter- und Geführtenrolle sowie ein kollektives Ziel. Die Masse hingegen sei eine relativ seltene soziale Erscheinung, die nach Beseitigung der Ursache entweder zur Menge zerfalle oder, sollten Rollenstrukturen entwickelt werden, in die Gruppe übergehe.

Nach WELLHÖFERS Auffassung versteht er Hofstädter dahingehend, dass die Familie in dieser Aufzählung einen gesonderten Status erhalte. Sie hebe sich von der Gruppe dadurch ab, dass sie die Bedürfnisse befriedigen und ein Ziel erreichen will welches aus ihr selber stamme. Gruppen hingegen seien eine Entdeckung der Menschheit, in denen die verfolgten Ziele effektiver zu erreichen wären, als durch die Anstrengung der einzelnen Individuen.

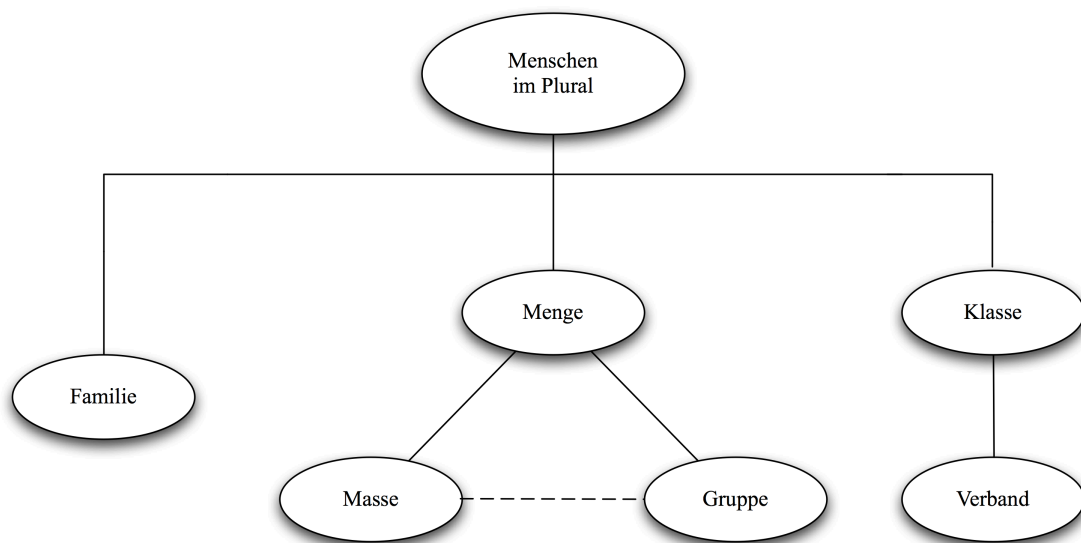


Abb. 2: Menschen in Plural<sup>26</sup>

<sup>26</sup> vergl. WELLHÖFER, 2012, S. 19 nach HOFSTÄTTER, 1986, S. 30

*Für Hofstätter ist eine Gruppe durch zwei zentrale Merkmale bestimmt:*

- *Es besteht zwischen den Mitgliedern eine **verhaltensintegrierende Ordnung**, d.h. es muss in der Gruppe ein Rollensystem vorhanden sein, durch das die Einzelaktivitäten geordnet und geführt werden.*
- *Die Einzelaktivitäten und -anstrengungen müssen auf ein gemeinsames **Ziel** hin koordiniert werden.*<sup>27</sup>

Andere Autoren wie zum Beispiel Cooley (1909) messen der Familie, wie bereits erwähnt, keinen Sonderstatus zu, sehen Sie eher als Teil anderer Gruppen die die subjektive Entfaltung der Gruppenmitglieder stark beeinflussen. Charakteristisch für diese so genannten *Primärgruppen* sei die starke Kooperation und Interaktion der Mitglieder untereinander (*»face-to-face-Gruppe«*) so WELLHÖFER.

*HOMANS versteht unter einer Gruppe*

*»eine Reihe von Personen, die in einer bestimmten Zeitspanne häufiger miteinander Umgang haben und deren Anzahl so gering ist, dass jede Person mit allen anderen in Verbindung treten kann und zwar nicht nur mittelbar, sondern von Angesicht zu Angesicht«.*<sup>28</sup>

Die *»face-to-face-Gruppe«* spielt laut dieser Definition für die Interaktion eine wichtige Rolle.

Auf der Suche nach einer quantitativen Aussage über die Mindestzahl an Mitgliedern einer Gruppe, schreibt NEWCOMB, *das eine Gruppe »aus zwei oder mehr Personen,« bestehe »die bezüglich bestimmter Dinge und Fragen gemeinsame Normen haben und deren soziale Rollen eng miteinander verknüpft sind«.*<sup>29</sup> Diese Aussage war für mich sehr wichtig, da beim Klettern ja immer zwei Partner gemeinsam agieren. Hier ist also die kleinste Einheit der Gruppe gegeben.

Lewin (1963), als Begründer des Begriffs der Gruppendynamik, »fasst die Gruppe als eine dynamische Ganzheit auf, die durch die wechselseitige Abhängigkeit ihrer Glieder oder Teilbereiche charakterisiert ist. Die Gruppe repräsentiert beispielhaft das soziale Kraftfeld.«<sup>30</sup>

---

<sup>27</sup> WELLHÖFER, 2012, S. 20

<sup>28</sup> HOMANS, 1972, S. 29

<sup>29</sup> NEWCOMB, 1959, S. 426

<sup>30</sup> WELLHÖFER, 2012, S. 20

Als wesentliche Gruppenmerkmale kristallisiert WELLHÖFER insgesamt heraus:

- Verhalten integrierendes Rollensystem
- enge soziale Integration
- gemeinsame Normen und Ziele
- Wirkung des sozialen Kraftfeldes
- Gruppenvorteil
- Wir-Gefühl<sup>31</sup>

## **5.2. Die Rolle der Gruppe im Kletterprojekt**

Mir war es wichtig auf die Gruppe einzugehen, da es beim Klettern ganz klar um die Arbeit in und mit Gruppen geht. Nicht unerwähnt soll bleiben, dass Gruppen auch immer Phasen durchleben die aus gruppendynamischer Sicht sehr interessant sind. Eine nähere Betrachtung dieser Phasen findet in dieser Arbeit nicht statt da es nicht in erster Linie darum geht wie sich die Gruppe gefunden hat und welche Potenziale darin stecken, in einem solchen Prozess der Gruppenfindung persönlichkeitsbildende Veränderungen zu bewirken, sondern die Gruppe als gegebener und gesicherter Rahmen dient. Die Jugendlichen wissen, dass die Gruppe ausschließlich aus Jugendlichen die dem VKKJ zugehörig sind, besteht. Diese Grundvoraussetzung war wichtig, um den Jugendlichen ein größtmögliches Maß an Sicherheit und Vertrauen zu geben. Hier können sich die Jugendlichen sicher sein, dass emotional stark besetzte Fragen nach Herkunft sowie nach Grund der Unterbringung in der Jugendhilfe nicht relevant sind. Hier möchte ich sinngemäß die Aussage eines Jugendlichen zitieren, der der Meinung war, dass man es ihm doch ansehe dass er ein Heimkind sei und deshalb habe er in einem „normalen Verein“ keine Chance. Dass das nicht die Momentaufnahme einer einzelnen Meinung ist, bestätigte sich durch den regen Austausch mit anderen Erziehern die ähnliche Aussagen von anderen Jugendlichen gehört hatten.

Zunächst einmal ist die gesamte Gruppe zu betrachten, die einen äußeren Rahmen gibt. Dieser äußere Rahmen bietet zunächst einmal Sicherheit. „Wir sind alle VKKJ!“ Für viele Jugendliche war das der ausschlaggebende Punkt überhaupt einmal in Vereins ähnlichen Strukturen das Klettern auszuprobieren. Sie wussten es werden keine komischen Fragen gestellt, sie werden so genommen wie sie sind und sie werden nicht komisch beäugt. Da sich die Jugendlichen wohngruppenübergreifend kennen, sie besuchen teilweise dieselbe

---

<sup>31</sup> WELLHÖFER, 2012, S. 20

Schule oder bewegen sich im selben Bekanntenkreis, war es eher wie ein gemeinsames Treffen mit Freunden und Bekannten. Berührungsängste unter den Jugendlichen spielten so gut wie keine Rolle. Alle die hier waren wollten klettern.

Interessanter wurde es dann, als es darum ging, wer mit wem klettert. Für das Alter typisch gesellte sich eher gleich mit gleich. Die Jungs wollten mit den Jungs klettern und die Mädchen mit den Mädchen. Für das Klettern stellt dies keinerlei Schwierigkeiten da. Es war nur darauf zu achten, dass die Kletterpartner mehr oder weniger gleich schwer waren. Viel wichtiger war für mich, den Jugendlichen ein möglichst angenehmes Gruppenklima zu bieten. FÜRST versteht Johnson dahingehend, dass ein sehr wichtiges Fundament für positive Ergebnisse von Teilnehmern therapeutischer Gruppen ein kohäsives Gruppenklima sei. Er bezeichnet die zentralen Aspekte von Kohäsion als „*das Gefühl akzeptiert zu werden, zur Gruppe zu gehören und an etwas lohnenden beteiligt zu sein* (Johnson et al. 2008, 63,67).“<sup>32</sup>

*In einer Erlebnispädagogischen Gruppe könnte sich kohäsives Verhalten im Idealfall so zeigen: Die Jugendlichen gehen aufeinander zu.... Der Umgangston ist, am Sprachcode der Jugendlichen gemessen, überwiegend freundlich und wertschätzend. Die Jugendlichen fühlen sich in der Gruppe zufrieden und sagen das auch. Sie verhalten sich kooperativ, tolerieren Außenseiter und agieren so, dass jeder eher integriert als ausgeschlossen wird. Die selbst erstellten und durch den Rahmen bedingten Gruppennormen werden beachtet, und es herrscht wenig Angst vor Zurückweisung. Abweichende Meinungen werden relativ freimütig geäußert. Meinungsverschiedenheiten und Konflikte gären nicht destruktiv im Untergrund, sondern werden offen angesprochen.*<sup>33</sup>

FÜRST ist, so wie ich, der Meinung, um den Jugendlichen zunächst ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln, sind sowohl auf der sozialen wie auf der räumlichen Handlungsebene der Gruppe eindeutige Abgrenzungen unumgänglich.<sup>34</sup> In diesem geschützten Rahmen können sich die Jugendlichen ausprobieren und ein Gefühl dafür bekommen, wie es sich anfühlt ein Mitglied einer Gruppe zu sein. Einerseits erleben sie selber das Ankommen in der Gruppe, nämlich dann wenn sie zum ersten Mal erscheinen und das Klettern ausprobieren wollen, und andererseits, sollten Sie dabei geblieben sein, erleben Sie wie jemand Neues in der Gruppe ankommt. Die oben erwähnten Abgrenzungen sind aus konzeptioneller Sicht jedoch dahingehend aufgeweicht, das es zwar eine VKKJ-interne Klettergruppe gibt, was in erster Linie die soziale Handlungsebene betrifft, aber die räumliche Handlungsebene beziehungsweise die

---

<sup>32</sup> vergl. FÜRST, 2009, S. 129

<sup>33</sup> FÜRST, 2009, S. 129 ff

<sup>34</sup> FÜRST, 2009,

räumlichen Gegebenheiten, wie Kletterhalle oder Kletterfels, werden zeitgleich von anderen Klettergruppen genutzt um den Teilnehmern die Möglichkeit zu geben diese kennen zu lernen und einen späteren Transfer zu ermöglichen.

Das Klettern stellt neue, unerwartete und unbekannte Ansprüche an die Motorik und verlangt die Veränderung alter Bewegungsmuster. Fast alle Jugendlichen machen hier zum ersten Mal die Erfahrung, wie es ist, frei an einem Seil hängen, der Schwerkraft ausgesetzt sein und zugleich Sicherheit zu empfinden. Durch solche Erlebnisse können Verunsicherung, Verwirrung oder Angst und das Bedürfnis nach Rückzug entstehen, aber ebenso Neugierde, Lust und das Bedürfnis, die neuen Empfindungen auszukosten; eine Grenzerweiterung wird möglich.<sup>35</sup>

*Alle Gruppen durchlaufen verschiedene Phasen in denen sich jeweils andere Dimensionen des menschlichen Zusammenlebens aktualisieren und die daher auch unterschiedliche Lernfelder bereithalten. So sind unterschiedliche Verhaltens Aspekte wichtig, wenn es darum geht, Normen des Zusammenlebens zu entwickeln oder mit Sympathie und Antipathie umzugehen.*<sup>36</sup>

### **5.3. Grundhaltung in der Gruppe**

Die Jugendlichen sollen den anderen Gruppenmitgliedern mit Wertschätzung, Offenheit, Respekt und Neugierde begegnen. Ich als Gruppenleiter versuche wahrzunehmen, welche Ressourcen die Jugendlichen mitbringen und unterstütze sie dahingehend sich bestmöglich zu entfalten. Hierbei versuche ich die Waage zwischen individueller Einzelbetreuung und Aufmerksamkeit der Gruppe gegenüber zu halten. Ich versuche die körperlich-seelisch-soziale Wechselbeziehung der Teilnehmer bewusst wahr zu nehmen und meiner Arbeit Ausdruck zu verleihen, indem ich achtsam und wertschätzend mit allen Teilnehmern umgehe. Um den Jugendlichen zu zeigen, was sie erreicht haben, bekommen sie von mir eine unmittelbare und zeitnahe Rückmeldung. Hierbei lege ich großen Wert auf die Anerkennung und die Wertschätzung sowie eine persönliche Auswertung der Situation. Dies ist aus meiner Sicht sehr wichtig, da die Jugendlichen selten ein unmittelbares Feedback für erbrachte Leistungen erhalten. Ich versuche dafür Sorge zu tragen, dass sich alle Teilnehmer sehr wohl und sicher in der Klettergruppe fühlen, gerne am Kletterprojekt teilnehmen, sich niemand aufgrund seiner Leistung und anderen Merkmalen verstecken muss und eine vertrauliche Atmosphäre herrscht.<sup>37</sup>

---

<sup>35</sup> vergl. FÜRST, 2009 S. 45

<sup>36</sup> FÜRST, 2009, S. 66

<sup>37</sup> <http://www.outwardbound.de/philosophie-erlebnispädagogik.html>, 2013,



## **6. Das Kletterprojekt**

In wenigen Sätzen möchte ich nun berichten, wie und warum es zu diesem Kletterprojekt kam. In den Wohngruppen wurden für die Jugendlichen Freizeitaktivitäten geplant und durchgeführt. Diese stießen auf große Resonanz bei den Jugendlichen, es waren jedoch immer nur punktuell gesetzte Highlights in Jahresplan. Sowohl von Seiten der Pädagogen als auch von den Jugendlichen wurde der Wunsch geäußert, regelmäßiger in diesem Bereich aktiv zu sein. Aufgrund meines persönlichen Interesses am Sportklettern und meinen positiven Erfahrungen mit Jugendlichen beim Klettern, wurde die Idee geboren, eine wöchentlich stattfindende Kletterstunde zu installieren. Dieses Angebot sollte jedoch nicht nur für die Jugendlichen, die in unserer Wohngruppe lebten sein, sondern für alle Kinder und Jugendlichen im VKKJ. Die Idee fand auch seitens der Leitung des VKKJ und der anderen Wohngruppen Zustimmung und Unterstützung.

Zum Projekt Sportklettern ist zu sagen, dass die Jugendlichen hier in einem geschützten Rahmen, der vereinsähnliche Strukturen aufweist, die Möglichkeit haben, die Grundlagen des Klettern sowie des Sicherns zu erlernen. Ein zweiter Aspekt ist, den Jugendlichen die Möglichkeit zu bieten, ihr Sozialverhalten in einer Gruppe zu überprüfen und zu trainieren. Vom pädagogischen Ansatz her war zunächst ein regelmäßig stattfindendes Freizeitangebot geplant, welches den Jugendlichen die Möglichkeit zur Persönlichkeitsentwicklung gibt und sich positiv auf ihr Verhalten auswirken sollte.

Wir starteten im März 2011.

### **6.1. Auswertung des Kletterprojektes**

In der hier vorliegenden Arbeit, möchte ich nach mehr als 70 Veranstaltungen der Frage nachgehen, in wieweit dieses Projekt dazu beiträgt, Jugendlichen in der Jugendhilfe die Möglichkeit zu bieten, sich persönlich weiterzuentwickeln und ein verlässliches, regelmäßiges, interessantes, abwechslungsreiches und nachhaltiges Freizeitangebot anzubieten. Besonders möchte ich mein Augenmerk darauf legen, welche Veränderungen es bei den Jugendlichen gab, die über einen längeren Zeitraum (drei Monate und länger) am Projekt teilgenommen haben. Hierzu wurden eingangs bereits der Status Quo vor Beginn der Teilnahme am Kletterprojekt der vier

Jugendlichen Justus, Markus, Daniel und Nicole beschrieben siehe: 2.2.1 – 2.2.4. Meine Aufgabe ist es nun, durch die Erfahrungen, Beobachtungen und Gespräche, die ich mit den Jugendlichen und mit deren Erziehern geführt habe, aufzuzeigen, ob das Klettern eine Veränderung bei den Jugendlichen bewirkt hat, und wenn ja, in welcher Art und Weise.

## **6.2. Schnupperklettern und sporadische Teilnahme**

Bei meiner Analyse unterscheide ich zwischen den Jugendlichen, die regelmäßig zur Kletterstunde kommen und denen, die nur selten und sporadisch anwesend sind. Gründe nicht regelmäßig zur Kletterstunde zu kommen, sind plausibel. Einige der Jugendlichen stellen nach einem oder zweimaligem Besuch fest, dass Klettern ihnen nicht gefällt. Sie haben keinen Spaß an dieser Art von Freizeitbeschäftigung; es ist ihnen zu anstrengend oder sie haben Angst vor der Höhe.

Positiv zu bemerken ist hier, dass die Jugendlichen es jedoch geschafft haben, sich auf etwas Neues einzulassen und es sich wenigstens ein- oder zweimal anzuschauen und mitzumachen.

Die Jugendlichen, die sehr sporadisch und unregelmäßig gekommen sind, um am Klettern teilzunehmen ( ich spreche hier von 3-10 Teilnahmen) sind aus meiner Sicht eine Gruppe, die gerne dabei geblieben wäre, es aber aus unterschiedlichsten Gründen nicht konnte.

Gründe sind: Aufenthalte in einer psychiatrischen Klinik, die Beendigung der Jugendhilfe oder zeitliche Kollision mit anderen Interessen (Nachhilfe, Schule, Therapie). Hier tauchen Grenzen auf, die die Teilnahme verhindern, obwohl der Jugendliche gerne dabei geblieben wäre.

## **6.3. Die Veränderungen bei den Jugendlichen**

Nun aber zu der Gruppe der kletterbegeisterten Jugendlichen, die regelmäßig das Angebot wahrnehmen.

### **6.3.1. Justus**

Der Jüngste von Ihnen, Justus, wies eingangs starke Defizite in der sozial-emotionalen Entwicklung auf. Sein Einfühlungsvermögen gegenüber seinen Mitmenschen ist nur

bedingt möglich. Es fällt ihm schwer, einzuschätzen oder zu erkennen, wenn persönliche Grenzen überschritten werden. Auch wird beschrieben, wie Justus immer wieder in seine virtuelle Welt von Smartphone und PC abtaucht und die direkte Kommunikation mit anderen vermeidet. Während der Kletterstunde ist zu beobachten, dass Justus sehr viel Spaß und hohe Motivation beim Klettern zeigt. Er lernt sehr schnell was die Knoten oder das Anlegen der Ausrüstung anbelangt, welche sicherheitsrelevanten Regeln es gibt, welche Kletterkommandos zu verwenden sind und wie man sich in der Kletterhalle zu verhalten hat.

Aufgrund seines jungen Alters und seinem geringen Gewichtes, lernt Justus zunächst nur das Sichern. Hierbei fiel auf, dass Justus schnell die Lust verliert und lieber klettern will. Durch kleine Klettereinheiten zu Beginn der Stunde gelang es Justus dann, von Stunde zu Stunde besser im Sichern zu werden. Die hohe Aufmerksamkeit, die ihm dabei zuteil wurde, unterstützt durch aufmunternde Worte, Lob und konstruktive Kritik, bestärkten ihn, die gestellten Aufgaben zu bewältigen.

Wenn es dann zum Klettern kommt, ist Justus mit Leib und Seele dabei. Der anfängliche Respekt, den er vor der Höhe hatte, verflog schnell und er konnte sich gut auf den sichernden Kletterpartner und die Sicherungsausrüstung einstellen und verlassen. Justus verfolgt in der Zeit die uns zum Klettern zur Verfügung steht, ganz klar das Ziel, möglichst viel zu klettern. Hier geht er selbstständig auf seine Kletterpartner zu und fragt diese, ob sie mit ihm die ein oder andere Route klettern möchten. Hier stehen ganz klar der Spaß, sowie der sportlicher Aspekt im Vordergrund. Das Klettern stellt für Justus einen guten Ausgleich zum Alltag dar, was durch seine Erzieher bestätigt wird. Es wurde auch ein gesteigerter Selbstwert bei Justus festgestellt. Er ging auf seine Mitbewohner der Wohngruppe zu und berichtete von seinen Klettererlebnissen. Sehr stolz erzählte er, welche Routen er bereits bezwungen hat, beziehungsweise welchen Mut er bewiesen hatte, als er sich von einer ca. 10 m hohen Plattform abseilen durfte. Ebenso beobachteten die Erzieher einen geschafften aber glücklichen Justus wenn er nach dem Klettern in die Wohngruppe kommt. An einem Abend wurde Justus von seinem Vater abgeholt, dem er voller Stolz erzählte, was er denn schon alles gelernt hat.

Aufgrund der positiv gemachten Erfahrungen von Justus ist meine Vermutung, dass er dem Klettern treu bleiben wird. Er hat sehr gute Voraussetzungen seinen Kletterschein zu erwerben. Sollte es ihm darüber hinaus gelingen sich weiterhin in dieser positiven

Richtung zu entwickeln, kann es für Justus ein Ziel sein seinen Wunsch zu verwirklichen, mit Gleichaltrigen, in eine Kinderklettergruppe des Alpenvereins zu wechseln.

### **6.3.2. Markus**

Markus war stets sehr vorsichtig und bedacht. Er wollte nie der Erste sein, er beobachtete zunächst, was die Anderen machten und wartete bis zum Schluss, bevor er sich an eine Route wagte.

Es dauerte einige Zeit, bis bei ihm der Funke übersprang. Immer sehr bedacht und von großen Selbstzweifeln begleitet, stieg Markus in die Wand ein. Gutes Zureden, Hinweise geben, wie er den nächsten Meter schaffen könnte und ein Lob, was er schon alles geschafft hat, helfen Markus dabei, sein Ziel, den „Gipfel“ (oder das Ende der Kletterroute) zu erreichen.

Nachdem er selber feststellen konnte, dass es ihm gut gelingt, einfache Routen zu bezwingen, fasste er mehr Mut und traute sich auch mehr zu. Es fiel ihm jedoch sehr schwer, die Kontrolle in andere Hände zu geben. Er ließ sich nur von ausgewählten Kletterpartnern sichern. Es stellte sich heraus, dass Markus Spaß am Sichern fand. Wäre es nach ihm gegangen, so sicherte er jede Woche seine Partner. Mit großer Sorgfalt und hoch konzentriert ist Markus ein zuverlässiger Sicherungspartner. Ihm war bewusst, welche Verantwortung er übernahm und er genoss sehr das Gefühl ein gefragter Kletterpartner zu sein.

Fazit: Markus hat es geschafft, über einen längeren Zeitraum regelmäßig einer Beschäftigung nachzugehen. Dies ist neu, da Markus, wie eingangs beschrieben siehe 2.2.2., immer nur kurzzeitig für Aktivitäten zu begeistern war und er sehr sprunghaft in der Ausübung war. Grund für sein verändertes Verhalten: er leistet einen sehr wertvollen Beitrag für das Gesamtgeschehen beim Klettern, indem er ein zuverlässiger Kletterpartner war, was von allen Beteiligten anerkannt und wertgeschätzt wurde. Er bewies Ausdauer!

Diese Veränderung wurde auch vom Betreuerteam bestätigt.

### **6.3.3. Daniel**

Es war deutlich zu spüren, wieviel Wut Daniel in sich trägt. Sobald etwas nicht auf Anhieb funktionierte machte sich Daniel lautstark und verbal Luft. Schaffte er beispielsweise eine Passage in der Route nicht, so schrie er die Wand und die Klettergriffe an. Die ließen sich aber nicht beeindrucken. Auch ich versuchte den Wutausbrüchen von Daniel nicht allzu viel Bedeutung beizumessen, stattdessen konzentrierte ich mich eher darauf, ihn durch positive Rückmeldungen zu motivieren und den Fokus auf die Dinge zu legen, die er geschafft hat.

Einmal erschien Daniel zur Kletterstunde und hatte vorher offensichtlich Alkohol konsumiert. Wieder einmal zeigte Daniel, wie sehr er Reibungsflächen suchte, und testete seine Grenzen aus. An diesem Tag untersagte ich ihm die Teilnahme am Training und unterband jegliche Diskussion. Diese Situation war für ihn eine große Lehre.

Daniel hatte wohl bereits so viel Spaß am Klettern gefunden, dass er in den darauf folgenden Trainingseinheiten in einer dem Training angemessenen Verfassung erschien. Das Größte für ihn war das Abseilen. „Das ist, als ob ich James Bond wäre“, hat er immer gesagt. Um ihn für gewisse Übungen zu motivieren, stellte ich ihm in Aussicht, dass er sich nach erfolgreichem Abschluss einer Übung abseilen dürfte. Für Daniel war das Klettern sehr cool. Im Laufe der Zeit gelang es Daniel auch immer besser mit schwierigen und frustrierenden Situationen beim Klettern umzugehen.

Aus Gesprächen mit seinen Erziehern, sowie aus eigener Erfahrung, konnte ich leider nicht feststellen, dass es Daniel gelingt dieses erlernte Verhalten in seinen Alltag zu integrieren. Hier ist wohl der Druck der Peergroup zu groß und er muss seine Rolle spielen. Mir bot sich der Eindruck, dass das Klettern Daniel großes Vergnügen bereitet und er hier die Möglichkeit hatte, an seine Grenzen zu gehen und sich auf kontrollierte Art und Weise seiner überschüssigen Kräfte zu entledigen.

Das Phänomen erlernte, positive Verhaltensmuster nicht in den Alltag zu integrieren, kommt in der Jugendhilfe immer wieder vor. Je später Jugendliche professionelle Betreuung erfahren um so schwieriger können sie Veränderungen in ihr Leben übernehmen. Sie sind gefangen in ihrer Rolle

#### 6.3.4. Nicole

Selten ist mir ein junger Mensch begegnet der vom ersten Moment an mit solchen Begeisterung dabei war. Nicole, die in ihrer Kindheit bereits Klettererfahrung gesammelt hatte, entdeckte diesen Sport für sich wieder. Laut ihren Aussagen war es ein idealer Ausgleich und ein willkommenes Ventil für ihre derzeitige Lebenssituation. Nicole nimmt sehr regelmäßig teil und nutzt alle Aspekte die im Klettern geboten sind. Sie sieht die Möglichkeit dadurch sportlich weiter zu kommen. Das Klettern hat bei Nicole einen starken Aspekt bei der Persönlichkeitsentwicklung .

Ich möchte gerne aus Nicoles letztem Hilfeplangespräch ihre Reflektion bezüglich des Kletterns wiedergeben.

„Ich war von Anfang an total begeistert vom Kletterangebot seitens der WG. Ich war ja früher schon mal eine zeitlang Klettern und hatte aufgehört. Ich war sofort motiviert mitzukommen und fühlte dadurch auch direkt eine Verbundenheit zur Jugendhilfe beziehungsweise zur WG, fand es schön, dass jeder der will, dieses Angebot wahrnehmen kann. Ich habe beim Klettern so viel gelernt. Ich habe eine Beziehung zu meinem Körper aufgebaut. Vorher war mir eigentlich nicht klar, dass so etwas gut und wichtig und auf die Art und Weise überhaupt möglich ist. Ich hatte kein oder kaum Körpergefühl, durch das Klettern habe ich gemerkt welche Kräfte in mir schlummern, welche Fähigkeiten ich hab, wie talentiert ich fürs Klettern bin, wie schön es ist, wie befreiend, wie anspruchsvoll. Wenn ich klettere kann ich alles loslassen und der Kopf wird frei. Ich habe meine Ängste entdeckt und lerne sie zuzulassen und mit ihnen umzugehen, sie sind ein Teil von mir. Grenzen auszutesten, Kontrolle der eigenen Person aber auch des Kletterpartners oder der Situation, Disziplin und Vertrauen, das alles sind Bereiche, in denen ich durch das Klettern dazugelernt habe. Mich nur auf das Klettern zu konzentrieren und für diese eine Sache 100% zu geben, hat mir gezeigt, das es sich lohnt sich anzustrengen und das habe ich auch fürs Leben gelernt – ich kann alles vom Klettern auf andere Lebenssituationen übertragen. Ich setze mich beim Klettern nur mit mir selbst und absolut akuten Problemen, die damit zu tun haben, auseinander. Ich habe gelernt meinem Kletterpartner fast blind zu vertrauen. Klettern fördert und fordert das kämpferische in mir heraus. Ich gebe erst dann auf wenn ich es ganz oft probiert habe und es dann immer noch nicht klappt. Das ist so wichtig und schön und Schluss ist erst, wenn ich an meinen körperlichen, technischen oder zeitlichen Grenzen bin. Klettern ist so viel und so wichtig für mich.“<sup>38</sup>

Beobachtungen, sowie Gespräche mit den Erziehern aus der Wohngruppe zeigen, welche Veränderungen das Klettern bei Nicole bewirkt haben. Hatte sie zunächst über einen Abbruch der Schule nachgedacht, hat sie sich nun dazu entschieden ihr Abitur zu machen. Hier sagt sie selber, dass sie es schaffen kann, da sie nun weiß, wie es ist um

---

<sup>38</sup> diese Textpassage hat Nicole mit auf meine Bitte hin zukommen lassen (Januar 2013)

Hilfe zu fragen und es für sie kein Problem darstellt Hilfe anzunehmen. Die Verlässlichkeit die Nicole beim Klettern erfahren hat, sowie die Kontinuität waren für sie eine neue Erfahrung, die sie in der Gruppe und mit Erziehern machen konnte. Diese Rahmenbedingungen gaben ihr die Möglichkeit, nicht nur beim Klettern Neuland zu betreten, sondern auch sich mit sich selbst auseinander zusetzen und problembesetzte Themen, wie zum Beispiel die Beziehung zu ihrer Mutter oder ihre Ängste anzugehen. Die etwas schüchterne zurückhaltende Nicole die in der Wohngruppe angekommen ist, tritt nun als selbstbewusste junge Frau, die weiß wo ihr Platz ist und welchen Weg sie gehen will, auf.

Sie ist für mich eine Repräsentantin die beweist, dass Sport die Entwicklung junger Menschen positiv beeinflusst.

#### **6.4. Zur Gruppe insgesamt**

Zur Klettergruppe insgesamt ist zu sagen: sie ist eher ein bunter Haufen als eine stabile Mannschaft. Zur großen Überraschung herrschte, für diese Jugendlichen eher untypisch, ein friedlicher und harmonischer Umgang. Für die erfahrenen Kletterer, die schon länger dabei waren, war es selbstverständlich den Neuen, die zum ersten Mal zum Klettern kamen, zu helfen. Sicherlich motiviert dadurch, dass wenn alle Vorbereitungen zum Klettern getroffen waren, das Training begann und die Jugendlichen an die Wand konnten. Es bestand ein Konsens darin: wir sind hier zum Klettern. Natürlich gab es auch Zeiten, in denen herumgealbert wurde und es auch einmal etwas lauter zuing, aber auch für solche Situationen sollte Raum und Platz in einer Klettergruppe sein.

Ich bin sehr froh, dass es einen festen Kern gibt, der sich immer wieder regelmäßig zum Klettern trifft. Meine Freude darüber möchte ich jedem Einzelnen zeigen! Es ist eben keine Selbstverständlichkeit jede Woche zum Training zu erscheinen. Dies versuche ich den Jugendlichen immer wieder zu vermitteln.

Wichtig ist, die Jugendlichen sind beim Klettern weil sie es wollen. Für die Jugendlichen ist es notwendig, unmittelbar Lob und Anerkennung für die von Ihnen erbrachte Leistung zu erhalten. Oft haben Sie das nur selten oder gar nicht erfahren. Umso wichtiger ist es, den Jugendlichen ein unmittelbar positives Feedback zu geben, wenn sie sich an die Herausforderungen des Kletterns gewagt haben.

Einen Höhepunkt stellt dabei fast immer das eigene Abseilen da. Hier übernimmt der Jugendliche für sich selbst die Verantwortung und seilt sich von einer mehr als 10 m hohen Plattform ab. Jedes Mal wenn ein Jugendlicher seine Angst überwunden hat und es geschafft hat sich abzuseilen, konnte man ihm die Freude und den Stolz ansehen. Ebenso wichtig ist die Erfahrung, sich von einem Gleichaltrigen sichern zu lassen, sich jemandem anderen anzuvertrauen oder eben Verantwortung für andere zu übernehmen.

Was ich aus meiner mehrjährigen Erfahrung sagen kann ist, dass solche Erlebnisse enorm wichtig für das Selbstwertgefühl dieser Jugendlichen ist.

Eine meiner wichtigsten Erfahrungen in der Jugendhilfe ist, dass durchlebte außergewöhnliche Aktionen dem Jugendlichen zeigen **wie wertvoll er ist**.

## **7. Fazit und Ausblick**

Spreche ich im VKKJ das Thema Klettern an, so stelle ich immer wieder fest, dass das Projekt bereits einen gewissen Bekanntheitsgrad erlangt hat. Dennoch stellt sich mir immer noch die Frage: Warum ist die Teilnahme am Kletterprojekt so gering? Zeigt doch die hier vorliegende Erfahrung, dass Klettersport die Jugendlichen positiv beeinflussen kann. Sicherlich ist Klettern kein Allheilmittel und auch kein Sport für jedermann. Er birgt jedoch zahlreiche Möglichkeiten, die Arbeit in der Kinder- und Jugendhilfe ergänzend zu unterstützen. Betrachtet man das Potenzial noch umfassender, so bestehen hier Möglichkeiten, die Wohngruppenteams und Erzieher mit einzubeziehen oder an Eltern-Kind-Beziehungen zu arbeiten.

Die intensive Auseinandersetzung mit der Literatur und dem Kletterprojekt veranlasst mich einige Punkte anzusprechen, die überdacht werden könnten.

Ist es vielleicht sinnvoll das Kletterprojekts dahingehend zu strukturieren, einen in sich geschlossenen Kurs zum Erwerb des Kletterscheins anzubieten? Hierbei steht von Anfang an fest, wann Beginn und Ende des Kurses ist. Vorstellbar wäre hier ein Vier-Monats-Rhythmus.

Dagegen würde sprechen, dass eine längerfristige Teilnahme am Kletterprojekt für die Jugendlichen in diesem geschützten Rahmen nicht möglich wäre und sie nach Bestehen des Kletterscheines in eine andere Klettergruppe wechseln müssten.

In wie weit kann es sinnvoll sein das Kletterprojekt verstärkt aus pädagogischer oder



therapeutischer Sicht zu betrachten und eine präzisere Dokumentation der Entwicklungsschritte der Jugendlichen vorzunehmen? Und wie kann dies gelingen, ohne dass das Projekt an Attraktivität sowie Ungezwungenheit verliert?

Wo der Weg auch immer hingehen mag, wenn es nach mir ginge würde ich das Kletterprojekt gerne fortsetzen um den Jugendlichen die Möglichkeit zu bieten, sich sinnvoll in ihrer Freizeit zu beschäftigen und von den vielen positiven Effekten, die das Klettern für Ihre Persönlichkeitsentwicklung mit sich bringt, zu profitieren.

## Literaturverzeichnis

FÜRST, W. (2009). Gruppe erleben - Soziales Lernen in der erlebnispädagogischen Gruppe (1. Ausg., Bd. Band 13). München: Reinhardt.

FREY, D., & BIERHOFF, H.-W. (2011). Sozialpsychologie - Interaktion und Gruppe (1. Auflage Ausg.). Göttingen: Hogrefe.

HAHN, K. (1998). Reform mit Augenmaß. (M. Knoll, Hrsg.) Stuttgart: Klett-Cotta.

HECKMAIR, B., & MICHL, W. (2012). Erleben und Lernen - Einführung in die Erlebnispädagogik (7., aktualisierte Auflage Ausg., Bd. Band 2). München: Reinhardt.

HEISE-FLECKEN, F. &. (2010). Klettern in der Halle (2. Auflage Ausg.). Aachen: Meyer & Meyer Sport.

HOFSTÄTTER, P. (1986). Gruppendynamik. Kritik der Massenpsychologie. Reinbek: Rohwolt.

HOMANS, G. (1972). Theorie der sozialen Gruppe (Sechste Auflage Ausg.). Opladen: Westdeutscher Verlag.

[http://de.wikipedia.org/wiki/Henry\\_David\\_Thoreau](http://de.wikipedia.org/wiki/Henry_David_Thoreau). Abgerufen am 03.02.2013

[http://de.wikipedia.org/wiki/Jean-Jacques\\_Rousseau](http://de.wikipedia.org/wiki/Jean-Jacques_Rousseau). Abgerufen am 03.02.2013

[http://de.wikipedia.org/wiki/Kurt\\_Hahn](http://de.wikipedia.org/wiki/Kurt_Hahn). Abgerufen am 03.02.2013

<http://de.wikipedia.org/wiki/Selbstkompetenz>. Abgerufen am 03.02.2013

<http://www.bildungsserver-mv.de/download/material/text-lehmann-nieke.pdf>.

Abgerufen am 03.02.2013

<http://www.outwardbound.de/philosophie-erlebnispaedagogik.html>. Abgerufen am 03.02.2013

KÖNIG, O., & SCHATTENHOFER, K. (2012). Einführung in die Gruppendynamik (6. Auflage Ausg.). Heidelberg: Carl-Auer.

KRUG, G. (2009). Die 4. Dimension - Kletter- und Boulderlehrbuch (1. Auflage Ausg.). Halle: Geoquest.

MICHL, W. (2011). Erlebnispädagogik (Zweite Auflage Ausg.). München Basel: Ernst Reinhardt Verlag.

NEWCOMB, T. (1959). Soziale Psychologie. Meisenheim: Hain.

VKKJ. (28. 01 2013). GESCHÄFTSBERICHT VKKJ 2007. Abgerufen am 28. 01 2013 von [http://www.vkkj.de/wir\\_ueber\\_uns/geschaeftsbericht\\_2008.html](http://www.vkkj.de/wir_ueber_uns/geschaeftsbericht_2008.html)

WELFHÖFER, P. R. (2012). Gruppendynamik und soziales Lernen (4. Auflage Ausg.). Konstanz/München: UVK Verlagsgesellschaft mbH, mit UVK/Lucius.

WINTER, S. (2000). Sportklettern mit Kindern und Jugendlichen: Training für Freizeit, Schule und Verein. München: BLV Buchverlag GmbH & Company.

### **Eigenständigkeitserklärung**

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und nur unter Verwendung der angegebenen Literatur und Hilfsmittel angefertigt habe. Stellen, die wörtlich oder sinngemäß aus Quellen entnommen wurden, sind als solche kenntlich gemacht. Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form noch keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt.

---

Ort, Datum

Vorname Nachname